

ریفلاکس معده به مری چیست؟

ریفلاکس معده به مری در واقع برگشت غذا یا شیر از معده به مری می باشد. این حالت در اغلب شیرخواران اتفاق می افتد. از همان هفته اول تولد نوزاد شروع می شود و در سن ۴ ماهگی تشدید می شود و در بیشتر شیرخواران بین ۶-۹ ماهگی و نهایتاً یک سالگی بر طرف می شود.

علت آن این است که عضله دریچه ای که بین معده و مری قرار گرفته و مانع برگشت غذا می شود هنوز تکامل نیافته است و شل می باشد و باعث برگشت غذا از معده به مری می شود.

همین طور که شیرخوار بزرگتر می شود این دریچه تکامل یافته و ریفلاکس بر طرف می شود.

اگر شیرخوار بون ناراحتی شیر بالا می آورد و وزن می گیرد احتمالاً برگشت طبیعی شدر را دارد و جای نگرانی نیست.

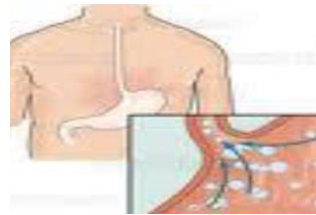
در اینجا توصیه هایی می کنیم تا بالا آوردن شیر در شیرخواران را کاهش دهید:

- ۱- سعی کنید شیرخوار از شیر مادر تغذیه کند. ریفلاکس در شیرخواری که از شیر مادر تغذیه می کند کمتر می باشد.
- ۲- تعداد دفعات شیر خوردن را زیاد ولی

حجم آن را کم کنید.

۳- اگر از شیرخشک استفاده می کنید می توانید آنرا غلیظ تر درست کنید برای این کار می توانید به هر ۳۰ سی سی شیر یک قاشق چای خوری آرد برنج اضافه کنید.

۴- اگر تا ۵ روز از آرد برنج استفاده کردید و ریفلاکس بهتر نشد دیگر آرد برنج به شیر اضافه نکنید.



۵- بعد از تغذیه کودک را در وضعیت نشسته قرار دهید زیرا شکم به معده فشار آورده و ریفلاکس را تشدید می کند

۶- اگر از شیر خشک استفاده می کنید با نظر پزشک موقتا از شیر خشکی استفاده کنید که کمتر آلرژی ایجاد کند.

۷- به مدت نیم ساعت شیرخوار را در وضعیت

قائم نگه دارید.

۸- سعی کنید با ضربه زدن بین دو کتف او شیرخوار آروغ بزند

۹- شیرخوار را معرض دود تنباکو قرار ندهید.

بیشتر شیرخواران با رعایت این موارد بهتر می شوند در غیر این صورت پزشک داروی مناسب تجویز می کند.

علائمی که در کودک زیر دو سال مهم است:

- ۱- استفراغی که با خون همراه باشد و یا زرد و یا سبز باشد.
- ۲- وزن گیری کودک ضعیف باشد.
- ۳- شیرخوار گریه و بی قراری شدید داشته و مصراانه از شیر خوردن امتناع کند.
- ۴- خطر عدم رشد کودک وجود داشته باشد
- ۵- تنفس کودک صدادار باشد یا سرفه مزمن داشته باشد که نشان می دهد احتمالا حین استفراغ مقداری شدر وارد ریه می گردد



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی قم

مرکز آموزشی - درمانی حضرت
فاطمه معصومه (س)

ریفلاکس

تهیه کننده: وحیده قاسمی

بخش عفونی ۲

با همکاری واحد آموزش دفتر پرستاری

بیمارستان حضرت معصومه (س) - تابستان ۹۵



علائمی که در کودکان ۱۲-۲ سال می تواند نگران
کننده باشد :

استفراغ همراه با خون یا مایع سبز یازرد

کاهش وزن یا وزن گیری ضعیف

بالا آوردن مواد غذایی تا حلق و ناراحتی مکرر در

معدة یا قفسه سینه

داشتن مشکل در بلع

سرفه مزمن یا عود مکرر عفونت ریه

خشونت صدا

آسم

والدین گرامی: جهت ویزیت توسط دکتر موحدی

با در دست داشتن خلاصه پرونده شنبه ها ساعت

۱۱-۱۳ به درمانگاه این مرکز و سه شنبه ها

ساعت ۱۵-۱۳ به درمانگاه دارالشفاء مراجعه نمایید

منبع: کتاب پرستاری کودکان وونگ - ✓

سونیا آرزومانیانس - ۱۳۹۰



- شیرخوار بعد از نه ماهگی بهتر نشده باشد.

اگر شیرخوار شما هر یک از علائم بالا را داشت به
پزشک مراجعه کنید

اگر فرزند شما بین ۲ تا ۱۲ سال است و بگشت غذا از
معدة به مری را داشت موارد زیر را رعایت کنید

* کودک را تشویق کنید میزان غذا را کم و دفعات
تغذیه را زیاد کند

* کودک ۲-۳ ساعت قبل از خواب غذا نخورد

* هنگام خواب سر کودک ۳۰ درجه بالا باشد.

* از دادن نوشابه - قهوه - شکلات و غذای سرخ شده
به کودک خودداری کنید

* اگر کودک اضافه وزن دارد کمک کنید وزنش کم
شود.

