



راهنمای بیمار

کولیک



واحد آموزش سلامت به بیمار

بیمارستان قدس پاوه

• زمانی که اضطراب، ترس و فشارهای روحی در شما خیلی زیاد می شود و از فرد دیگری بخواهید که حتی برای یک ساعت از کودک مراقبت کند و از خانه خارج شوید.

ارزیابی کودکی که جدیداً به درد شکمی و گریه مبتلا شده است به وسیله پزشک می تواند سایر مشکلات جدی تر را تشخیص داده یا آن ها را رد کند.



سایت بیمارستان : Pavehhop.Kums.ac.ir

شماره تماس : ۰۸۳۴۶۱۲۷۴۳۴ داخلی : ۲۲۶

برای رفع کولیک چه باید کرد ؟

- تلاش کنید تا عواملی که کولیک را بدتر می کنند کاهش دهید.
- به کودک بیش از حد شیر ندهید.
- مادران شیر ده باید از مصرف فرآورده های شیری ، کافئین ، پیاز ، کلم ، لوبیا و دیگر مواد نفاخ اجتناب کنند.
- مطمئن شوید که اگر کودک شما آبمیوه می خورد ، این آب میوه ها بسیار رقیق شده باشند یا فقط آب خالی به آن ها بدهید.
- در کودکانی که از شیر خشک تغذیه می کنند ، از یک شیر غیر حساسیت زا استفاده کنید.

کولیک با گریه های مکرر و معمولاً روزانه همراه است و ظاهراً با درد شکمی ارتباط دارد. ۱

این حمله معمولاً ناگهان آغاز می شود و اغلب پس از شیر خوردن رخ می دهد. گریه کودک بلند و مداوم است. این حملات معمولاً یک تا چهار ساعت طول می کشند و در نتیجه آن صورت کودک برافروخته و قرمز می شود.

شکم کودک گاهی اوقات ورم کرده و برآمد می شود. پاها به نوبت خم و کشیده می شوند، در هر ساعتی از شبانه روز (روز یا شب) رخ دهند معمولاً در اواخر بعدازظهر یا اوایل شب شروع می شود.



کولیک معمولاً در حدود هفته های دوم تا سوم تولد آغاز می شود و در چهارماهگی برطرف می شود. از آنجایی که کولیک هم در نوزادانی که با شیر مادر تغذیه می شوند و هم در نوزادانی که با شیر خشک تغذیه می شوند، دیده می شود پس نمی توان تغذیه را مسئول ایجاد کولیک دانست.

اگر شما مادر گرامی نوزادتان را با شیر خودتان تغذیه می کنید باید مواظب غذا خوردن خودتان باشید چون غذاهایی که شما می خورید روی شیرتان اثر کرده و مواد آن را تغییر می دهد. ببینید در ۲۴ ساعت گذشته چه چیزهایی خورده اید که موجب کولیک کودکتان شده است.

گفته می شود که مقدار شیری که هر دفعه نوزاد می خورد (چه خیلی کم و چه خیلی زیاد) می تواند سبب بروز کولیک شود.

همچنین در نوزادانی که شیر خشک می خورند اگر شیرشان خیلی داغ یا خیلی سرد باشد یا اگر غلظت شیرشان خیلی کم یا زیاد باشد می تواند سبب کولیک شود.

نوزاد شما به خلق و خوی شما حساس است و ممکن است در پاسخ به این عصبی بودن شما او هم گریه کند.

شیر دهی زیاد در تلاشی بی ثمر برای کاهش گریه کودک می تواند کولیک را بدتر کند.

