

۱۰۴ اسهال

اسهال در واقع دفع مکرر مدفوع بسیار شل یا آبکی است. اسهال اغلب با درد و انقباضات عضلات قسمت پایینی شکم (دل پیچه) همراه است. در بسیاری از کشورها، اکثر موارد اسهال به خاطر عفونت‌های ویروسی است و کمتر از ۴۸ ساعت هم طول می‌کشد. اسهال به ندرت شدید است و معمولاً تنها درمانی که لازم دارد اطمینان پیدا کردن از مصرف مقادیر فراوان مایعات برای پیشگیری از کاهش آب بدن است. با وجود این، در صورت ادامه پیدا کردن اسهال به مدت بیشتر از ۴۸ ساعت یا مکرر شدن دفعات اسهال، باید به پزشک خود مراجعه کنید. همچنین در صورتی که شغل شما در تماس با مواد غذایی است و مبتلا به اسهال شده‌اید، به پزشک خود مراجعه کنید.

شروع

آیا خون در مدفوعتان
داشته‌اید؟

بله
خیر

همین حالا با پزشک خود تماس بگیرید.

علت احتمالی: کولیت زخمی‌شونده یکی از علت‌های احتمالی است. در این بیماری، روده ملتهب و زخمی می‌شود. عفونت‌های روده‌ای هم جز تشخیص‌های احتمالی هستند.

اقدامات لازم: پزشک آزمایش مدفوع برای بررسی احتمال وجود عفونت درخواست خواهد کرد. وی ممکن است برای بررسی‌های بیشتری مثل کولونوسکوپی (صفحه ۲۲۲) شما را به بیمارستان ارجاع دهد. درمان کولیت زخمی‌شونده، شامل داروهای کورتیکواسترویدی (کورتونی) است. برای درمان عفونت نیز از آنتی‌بیوتیک استفاده می‌شود.

هشدار!

داروها و اسهال: اسهال می‌تواند مانع از جذب داروهای خوراکی شود و به این ترتیب، کارایی آنها را کم کند. در صورتی که از قرص‌های جلوگیری از بارداری استفاده می‌کنید، لازم است تا مدتی پس از قطع اسهال، از روش‌های جلوگیری از بارداری مثل کاندوم هم استفاده کنید. اگر مطمئن نیستید که چه کار باید بکنید، یا از دستورالعمل بروشور دارو پیروی کنید یا به پزشک خود مراجعه کنید. اگر داروی تجویز شده دیگری هم مصرف می‌کنید، باید به پزشک خود مراجعه کنید.

آیا در هفته‌ها یا ماه‌های
اخیر، دوره‌های متعدد
اسهال داشته‌اید؟

بله
خیر

آیا دوره‌هایی از یبوست
هم داشته‌اید؟

بله
خیر

علت احتمالی: نشانگان روده تحریک‌پذیر یکی از علت‌های احتمالی است. این نشانگان، بیماری است که در آن اسهال و یبوست به صورت متناوب اتفاق می‌افتد. با وجود این، احتمال کمی وجود دارد که مبتلا به سرطان روده بزرگ باشید.

اقدامات لازم: به پزشک خود مراجعه کنید. وی شما را معاینه خواهد کرد و احتمالاً برای کنار گذاشتن احتمال وجود سرطان روده بزرگ، بررسی‌هایی مثل کولونوسکوپی (صفحه ۲۲۲) درخواست خواهد کرد. اکثر افراد می‌توانند با اقدامات کمک‌کننده، علائم نشانگان روده تحریک‌پذیر را کنترل کنند (به میبث «کنار آمدن با نشانگان روده تحریک‌پذیر» صفحه ۲۱۶ مراجعه کنید). در صورتی که تشخیص بیماری شما سرطان روده بزرگ باشد، جراحی هم جز درمان خواهد بود.

آیا هیچ‌یک از موارد
زیر را داشته‌اید؟

- تب
- استفراغ
- خوردن غذای آلوده

بله
خیر

آیا حملات درد شکم
دارید؟

بله
خیر

به نمودار ۱۰۱ درد مکرر شکم (صفحه ۲۱۶) مراجعه کنید.

علت احتمالی: ممکن است در اثر آلوده شدن غذا به باکتری‌ها یا سم آنها، مبتلا به مسمومیت غذایی شده باشید. یک احتمال دیگر این است که دچار گاستروانتریت شده باشید. این بیماری، التهاب دستگاه گوارش است که معمولاً به خاطر عفونت‌های ویروسی ایجاد می‌شود.

اقدامات لازم: از راهنمایی‌های ارائه شده برای پیشگیری از کم شدن آب بدن (صفحه ۲۱۱) استفاده کنید. معمولاً درمان ضرورتی ندارد، اما در صورتی که در عرض ۸ ساعت هیچ بهبودی پیدا نکردید، با پزشک خود مشورت کنید. برای پیشگیری از عود مسمومیت، از اقدامات مربوط به پیشگیری از مسمومیت غذایی (صفحه ۲۱۱) استفاده کنید.

آیا دارو مصرف می‌کنید؟

بله
خیر

علت احتمالی و اقدامات لازم: عارضه جانبی برخی داروها می‌تواند به صورت اسهال باشد. به پزشک خود مراجعه کنید. تا قبل از مراجعه، مصرف داروهای تجویز شده توسط پزشک را قطع نکنید.

در عرض ۲۴ ساعت به پزشک خود مراجعه کنید.

علت احتمالی: همیشه باید دوره‌های مکرر اسهال را بررسی کرد تا احتمال وجود بیماری‌های زمینه‌ای مثل سرطان روده بزرگ کنار گذاشته شود.

اقدامات لازم: پزشک شما را معاینه و آزمایش‌هایی خواهد کرد. وی ممکن است برای انجام بررسی‌هایی مثل کولونوسکوپی (صفحه ۲۲۲) شما را به بیمارستان ارجاع دهد. درمان به نتیجه بررسی‌ها بستگی دارد اما ممکن است جراحی هم ضرورت داشته باشد.

اگر با استفاده از این نمودار نمی‌توانید از کاهش به هیچ تشخیصی برسید، از راهنمایی‌های مربوط به پیشگیری آب بدن (صفحه ۲۱۱) استفاده کنید و در صورتی که در عرض ۴۸ ساعت خوب نشدید، به پزشک خود مراجعه کنید.