Gastroenteritis (Swahili)

Ugonjwa wa tumbo

Ugonjwa wa tumbo (gastro) ni maambukizi ya matumbo yanayoweza kusababisha kuhara (kinyesi chenye maji mengi), kutapika au vyote kwa pamoja. Ni kawaida kwa watoto na ni rahisi kupata, ni rahisi kuenea na mara nyingi hutokea kama milipuko. Kutapika kwa kawaida hutulia haraka lakini kuhara kunaweza kudumu hadi siku 10. Ugonjwa wa tumbo unaweza kusababishwa na virusi, bakteria au vimelea.

Ishara na dalili

- Kutapika kwa siku 2 hadi 3
- Kuhara kwa hadi ya siku 10
- Homa
- Maumivu ya tumbo
- Upungufu wa maji mwilini

Upungufu wa maji mwilini

Watoto wadogo (hasa chini ya umri wa miezi 6) wako hatarini kubwa ya upungufu wa maji mwilini na lazima watunzwe kwa uangalifu sana. Utajua mtoto wako hana maji ikiwa:

- anatumia chini ya nusu ya idadi ya kawaida ya nepi kila siku
- ana ngozi baridi, yenye madoadoa au ya kijivu na anasinzia
- haendi chooni sana na mkojo wake una rangi nyeusi
- anahisi kichwa chepesi au kizunguzungu au ana midomo na mdomo mikavu.

Matibabu

Kuzuia upungufu wa maji mwilini ni matibabu kuu. Ni muhimu sana kubadilisha majimaji yoyote ambayo mtoto wako anapoteza kwa kutapika au kuhara. Watoto walio na upungufu mkubwa wa maji mwilini wanaweza kuhitaji kulazwa hospitalini ili waweze kupewa viowevu kupitia mkono wao (kupitia mrija katika mshipa) au pua zao (mrija wa kushuka puani).

Dawa ya kuacha kuhara haipendekezi na antibiotiki zinahitajika mara chache sana. Daktari wako atakujulisha ni matibabu gani yanahitajika kwa mtoto wako.

Utunzaji wa nyumbani

Mpe mtoto wako majimaji ya sukari ili kumsaidia kupata maji ya kutosha. Mpe mtoto wako kinywaji kidogo (kwani kuna uwezekano mdogo wa kutapika tena) kwa kutumia sindano, kijiko au kikombe. Unaweza pia kutoa maji ya tofaa (mchanganyiko wa 50:50 na maji) au vitalu vya barafu.

Ikiwa mtoto wako ananyonya milisho midogo, mara nyingi zaidi, itamsaidia kuwa na maji ya kutosha.

Suluhu za kuongeza maji mwilini kwa mdomo kama vile Gluco-lyte, Gastrolyte, HYDRAlyte, Repalyte na Pedialyte pia zinaweza kutumika kumsaidia mtoto wako. Fuata maagizo ya kipimo kabisa. Suluhisho kali au dhaifu zaidi linaweza kuvuruga viwango vya chumvi ya mwili na kumdhuru mtoto wako.

Maji yenyewe hayapendekezwi kwa kuwa hayana sukari na chumvi anazohitaji mtoto wako.

Kwa ushauri wa matibabu usio wa dharura, piga simu 13 HEALTH (13 43 25 84) kuzungumza na muuguzi aliyesajiliwa saa 24 kwa siku, siku saba kwa wiki kwa gharama ya simu ya mtaa.

Omba kupata mkalimani ikiwa unamhitaji.

Mtoto wangu anaweza kuanza kula chakula lini tena?

Kwa watoto wakubwa, anza kuwapa chakula kigumu ndani ya saa 24. Hii inaweza kusaidia kupunguza muda wa kuhara. Anza na vyakula visivyo na ladha kama vile pasta, wali au viazi zilizochemshwa, tosti kavu au biskuti za kawaida.

Ikiwa mtoto wako ana umri wa chini ya miezi 12, rudisha mchanganyiko wake wa kawaida wa maziwa baada ya saa 24. Usipunguze nguvu ya fomula.

Acha kuenea

- Ugonjwa wa tumbo unaambukiza sana kwa hivyo weka mtoto wako mbali na watoto wengine kadiri uwezavyo hadi atakapopona.
- Nawa mikono yako vizuri kwa sabuni na maji hasa kabla ya kula au kuandaa chakula, na baada ya kubadilisha nepi chafu. Sanitaiza ya kileo haitaua maambukizi.
- Badilisha nepi za mtoto wako mara nyingi na tumia krimu iliyo na zinki ili kuzuia kuhara kuunguze ngozi ya mtoto wako.

Wakati wa kuonana na daktari

Mpeleke mtoto wako kwa GP ikiwa:

- anaendelea kuhara kwa zaidi ya siku 10.

Mpeleke mtoto wako kwenye idara ya dharura iliyo karibu ikiwa yeye:

- ana chini ya umri wa miezi 3, kutapika (pamoja au bila kuhara) na kuwa na homa
- anatapika mara nyingi na hawezi kuweka majimaji yoyote ndani, haswa ikiwa ana umri wa chini ya miezi 6 ana kinyesi chenye maji zaidi ya 8 kwa siku
- ana chini ya nusu ya idadi ya nepi zenye maji za kawaida
- ana maumivu makali ya tumbo
- anatapika matapishi ya kijani
- ana damu katika matapishi au kinyesi chake
- ana maumivu makali ya shingo au ya kichwa
- ni mteuzi au anasinzia
- labda amemeza betri ya kitufe.

Ikiwa mtoto wako amemwona daktari lakini dalili zinazidi kuwa mbaya, rudi kwa daktari wako kwa ushauri zaidi.

Imeandaliwa na Idara ya Dharura, Hospitali ya Watoto ya Queensland. Tunatambua mchango wa watumiaji na walezi. . **Resource ID:** FS153 **Reviewed:** July 2022 **Kanusho:** Maelezo haya yametolewa na wataalamu wa afya kama mwongozo pekee na yanalenga kusaidia, si kubadili nafasi, majadiliano na daktari wa mtoto wako au wataalamu wa afya. Taarifa husasishwa kila mara, kwa hivyo tafadhali angalia kuwa unarejelea toleo la hivi majuzi zaidi. Tafuta ushauri wa matibabu, inapofaa, kwa wasiwasi kuhusu afya ya mtoto wako.