دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

بیمارستان رحیمیان

کولیک



واحد آموزش سلامت

تحت نظارت سرکار خانم دکتر مافی

خرداد ماه سال ۱۴۰۵

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

- صداهای تسکین دهنده (مانند صداهای سفید، بم و یکنواخت مانند صدای هود، جاروبرقی و سشوار یا صدای پدر شیرخوار)، حرکات ریتمیک آهسته (مانند سواری در اتومبیل) و پروبیوتیک ها در برخی موراد ممکن است مفید باشد.



در صورت داشتن سوال در منزل، از ساعت ۱۴-۸ با شماره تلفن همراه پرستار پیگیر ۰۹۹۶۰۶۹۶۸۵۲ تماس بگیرید.
(همه روزه به غیر از ایام تعطیل)

●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 شیرده باید از مصرف فراورده های شیری، کافئین، پیاز، کلم، لوبیا و دیگر مواد نفاخ اجتناب کنند.

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



کولیک چیست؟

✓ کولیک با گریه های مکرر و معمولاً شبانه همراه است و ظاهراً با درد شکمی ارتباط دارد.

✓ 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 طو ل می کشند و در نتیجه ی آن صورت کودک برافروخته و قرمز می شود.

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

به نظر می رسد برخی کودکان نسبت به سایر کودکان بیشتر مستعد کولیک هستند.



✓ کولیک معمولاً در حدود هفته های دوم تا سوم تولد آغاز می شود و در چهار ماهگی 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 غذاها یی 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 با شد می تواند سبب کولیک شود .

✓ سایر علل ایجاد کولیک عبارتند از : یبوست ،اسهال، عدم هضم یا کرامپ های روده ای .
همچنین ممکن است بین تنشها و ناراحتی های عصبی و کولیک رابطه ای وجود داشته باشد که منجر به یک واکنش زنجیره ای می شود که عموما عصرها و در انتهای روز بیشتر رخ می دهد.

✓ پایان روز معمولا برای خانم ها ساعات پر مشغله ای است و ممکن است خسته و عصبی شوید. نوزاد شما به خلق و خوی شما حساس است و ممکن است در پاسخ به این عصبی بودن شما ،او هم گریه کند.

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

✓ الگوی کولیک گذرا بوده بنابراین احساس آرامش داشته باشید.