



PATIENT  
EDUCATION

# CHILDREN'S HEALTH: What You Need to Know about Diarrhea

patienteducation@aub.edu.lb

[www.aubmc.org](http://www.aubmc.org)



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER  
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

Our lives are dedicated to yours



# What is diarrhea?

Diarrhea is a sudden increase in the usual amount of stool your child passes coupled with an increase in its water content. In diarrhea, stool becomes watery and may contain mucus or blood or have a distinct odor. Your child may also have fever, poor appetite, or he/she might look sick.

# What does normal stool look like?

- If your baby is breastfed, he/she may normally pass stool six to ten times per day. The stool is usually watery with yellow seed-like particles or it may be green surrounded by a water ring.
- If your baby is formula-fed, he/she may pass stool one to eight times per day during the first week of age which later decreases to zero to four times per day. The stool is usually yellow in color and more formed with a consistency similar to peanut butter.

Keep in mind that the color and consistency of the stool depend on your baby's age and diet.

# What causes diarrhea?

Most cases of diarrhea are caused by viral infections. Occasionally diarrhea may result from bacterial infections (like dysentery), food poisoning, or parasites.

# How do I take care of a child with diarrhea at home?

- Replace the child's fluid losses from watery diarrhea by:
  - a. giving your child rehydrating solution by mouth (about 30-50 ml) after every watery stool.
  - b. increasing the frequency of breastfeeding.
  - c. feeding him/her more frequently, if your baby is formula-fed.
- Do not stop breastfeeding if your baby is breastfed.

- If your child is old enough to eat solids, feed him/her starchy food such as boiled potatoes and rice, lean meat, and yogurt.
- Avoid fruits and juices that contain sugar because they may prolong diarrhea. The only fruits you may feed your child are apples or bananas.
- Do not give your child soft drinks such as 7UP® because they contain high levels of sugar and some salt. Soft drinks may prolong diarrhea or cause disturbances in your child's blood salt levels (e.g. sodium).
- Do not change your child's formula or give any medications before consulting your doctor.

## When should I contact my child's doctor?

Contact your child's doctor if:

- Your child shows any sign(s) of dehydration such as:
  - a. Decreased urination or if the urine becomes dark yellow and concentrated.
  - b. No urination for more than eight hours.
  - c. Dry mouth and tongue.
  - d. No tears when crying.
  - e. Depressed head soft spot in infants.
  - f. Child looks tired and ill.
  - g. Child becomes dizzy or too weak to stand up or walk.
- If you see blood or pus in your child's stool.
- If your baby is less than one month old with three or more occurrences of diarrhea/watery stool.
- If your child is vomiting and has diarrhea, but refuses oral rehydration liquids.
- If the diarrhea persists for more than two weeks despite treatment.
- If your child passes watery stool more than eight times in less than eight hours.

- أطعم طفلك / طفلتك الأطعمة التي تحتوي على النشويات كالبطاطا والأرز، واللحوم الخالية من الدهون واللبن.
- تجنب الفاكهة والعصائر التي تحتوي على الكثير من السكر لأنها قد تطيل فترة الإسهال. من الفاكهة، يمكنك فقط أن تعطي طفلك / طفلتك الموز أو التفاح.
- لا تعطي طفلك / طفلتك المشروبات الغازية مثل سفن أب (7UP®) لأنها تحتوي على كمية كبيرة من السكر والقليل من الأملاح، ما قد يطيل فترة الإسهال أو يؤدي إلى اضطرابات في نسبة ملح الصوديوم في الدم لدى طفلك / طفلتك.
- لا تغير نوع الحليب المجفف الذي يتغذى منه طفلك / طفلتك أو تعطه أي دواء من دون إستشارة طبيبك.

## متى يجب الإتصال بطبيب طفلي/ طفلتي؟

- راجع طبيب طفلك / طفلتك في حال:
- ظهور أي من علامات الجفاف لدى طفلك / طفلتك، مثال:
    - أ. قلة التبول أو يصبح لون البول أصفر داكن ومركز.
    - ب. عدم التبول لأكثر من ثماني ساعات.
    - ج. جفاف الفم واللسان.
    - د. قلة الدموع عند البكاء.
    - هـ. إنخفاض فتحة رأس الطفل الرضيع.
    - و. يبدو الطفل مريضاً جداً معظم الأحيان.
    - ز. يشعر الطفل بالدوار أو الدوخة أو بالضعف الشديد بحيث لا يستطيع المشي أو الوقوف.
  - إذا رأيت دم أو قيح في البراز.
  - إذا كان عمر طفلك / طفلتك أقل من شهر وتكرر الإسهال لثلاث مرات أو أكثر في اليوم.
  - إذا كان الطفل يعاني من التقيؤ والإسهال ويرفض محلول الجفاف (المصل الفموي).
  - إذا استمر الإسهال لأكثر من أسبوعين رغم العلاج.
  - إذا تبرز طفلك / طفلتك أكثر من ثماني مرات خلال ثمان ساعات.

يحتوي هذا المستند على معلومات عامة لا تشكّل نصائح طبية بأي شكل من الأشكال. إستشر المسؤول عن رعايتك الصحية لمعرفة ما إذا كانت المعلومات الواردة هنا تنطبق عليك.

# ما هو الإسهال؟

الإسهال عبارة عن زيادة مفاجئة في عدد مرات التبرز لدى الطفل مع إزدياد في محتوى المياه بحيث يصبح البراز سائلاً، وقد يتغير لونه أو يصاحبه مخاط أو دم أو رائحة كريهة. ومن الممكن أيضاً إرتفاع درجة حرارة الطفل مع فقدان الشهية أو الشعور بالضعف.

## كيف يبدو البراز الطبيعي؟

- إذا كان طفلك /طفلتك يعتمد على الرضاعة الطبيعية فإنه من الطبيعي أن يتبرز من ست إلى عشر مرات يومياً، ويكون برازه سائلاً مصحوباً بحبيبات صفراء اللون كاللبذور، وأحياناً يكون أخضر اللون محاطاً بحلقة من الماء.
- إذا كان طفلك /طفلتك يتغذى من الحليب المجفف، يمكنه أن يتبرز مرةً إلى ثماني مرات في اليوم خلال الأسبوع الأول من العمر، وبعد ذلك ينخفض عدد المرات إلى صفر إلى أربع مرات في اليوم، ويكون البراز أصفر اللون، متشكل أكثر، ومتماسك مثل زبدة الفستق.
- لا بدّ من الإشارة إلى أن لون وتماسك البراز يعتمد على عمر طفلك /طفلتك ونظامه الغذائي.

## ما الذي يؤدي إلى الإسهال؟

معظم الإسهالات تسببها الإصابات الفيروسية، ونادراً ما يكون الإسهال ناتجاً عن الإصابات البكتيرية (مثل الديزنتري)، أو التسمم الغذائي أو الطفيليات.

## كيف يمكنني الإعتناء بطفلي/طفلتي في المنزل؟

- التعويض عن فقدان السوائل عبر القيام بما يلي:
  - أ. بعد كل براز سائل: إعطاء الطفل محلول الجفاف (المصل) عن طريق الفم (حوالي 30 إلى 50 مل).
  - ب. زيادة عدد مرات الرضاعة الطبيعية.
  - ج. إعطاء الطفل المزيد من الحليب المجفف (في حال كان لا يعتمد على الرضاعة الطبيعية).
- إذا كان الطفل يعتمد على الرضاعة الطبيعية فعليك إكمالها وعدم التوقف عن الإرضاع.





إرشادات  
للمرضى

# صحة الأطفال: ماذا يجب أن تعرف عن الإسهال

[www.aubmc.org](http://www.aubmc.org)

[patienteducation@aub.edu.lb](mailto:patienteducation@aub.edu.lb)



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER  
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

كلنا سلامة صحتكم