

اکثر داروهای شیمی درمانی مخاط معده را تحریک می کنند. معمولاً همراه با آن داروهایی برای جلوگیری از حالت تهوع و استفراغ از طرف پزشک به فرزند شما داده می شود. با این حال در این پمفلت مطالبی به شما آموزش داده می شود که با رعایت آن ها حالت تهوع و استفراغ فرزند شما کمتر خواهد شد.

علائم تهوع و استفراغ ممکن است فوراً یا چند ساعت پس از شیمی درمانی شروع شود و تا 48 ساعت بعد ادامه یابد.



اقداماتی که می توان برای کاهش تهوع و استفراغ کودک انجام داد عبارتند از :

از 12 ساعت پیش از شیمی درمانی فقط غذاهایی که سریع هضم میشوند به او بدهید.

تغذیه را با حجم کم و به دفعات انجام دهید تا کودک بهتر بتواند تحمل کند.

او را از مناظر زشت، بوهای بد، و غذاهای بد طعم و نامطبوع دور نگاهدارید.

به کودک غذاهای تند و بودار که موجب تهوع و استفراغ می شود ندهید.

درپوش ظرف غذای کودک را در بیرون از اتاق برارید تا بوی غذا موجب تهوع و استفراغ او نشود.

غذاهای پر کالری که سریع هضم میشوند به کودک بدهید.

سعی کنید مقدار کمی از غذاهای پرکالری که خورن آنها آسان است مثل پودینگ، بستنی، شربت های کم شیرین، ژلاتین، ماست و شیر چندانبار در روز استفاده شود.



از کره، روغن، شربت و سس ها برای بالابردن کالری غذا استفاده کنید.

بیسکویت و نان برشته بهتر قابل تحمل هستند.

غذاهایی مانند کراکرها و نان خشک مناسب هستند.

مواد غذایی سرد یا هم دمای اتاق مناسب هستند.

از غذاهای چرب، سرخ شده، تند و بسیار شیرین اجتناب شود.

غذاها را با توجه به ذائقه ی کودک تهیه کنید.



بسیاری از کودکان گوشت قرمز را در طول درمان دوست ندارند. منابع پروتئینی دیگر مثل ماهی، مرغ و حبوبات و آجیل را امتحان کنید.

برای کمک به خلاص شدن از بوی بد دهان، آب نبات سفت با رایحه ی دلپذیر مانند لیمو استفاده شود.

در صورتی که فرزند شما زخم های دهانی دارد آبنبات ترش مناسب نیست.

غذاهای ترش بطور کلی ممکن است راحت تر تحمل شوند. مگر اینکه زخم دهانی وجود داشته باشد.

ذهن فرزندتان را با موسیقی، برنامه های مورد علاقه و بازی با حضور دیگران منحرف کنید.





دانشگاه علوم پزشکی استان لرستان

بیمارستان شهید مدنی



تهوع و استفراغ ناشی از شیمی درمانی

واحد آموزش به بیمار

تلفن بیمارستان: 33408898

داخلی 119

تلفن پیگیر 09165744677

سایت بیمارستان: madani.lums.ac.ir

توصیه های غذایی :

حین طبخ غذا از فن و هود آشپزخانه استفاده کنید.

از قاشق و چنگال و ظروف پلاستیکی به جای ظروفی که باعث ایجاد طعم تلخ فلز در دهان می شوند استفاده کنید.

به بیمار جهت جلوگیری از کم آبی و یبوست کمک کنید. هر کدام از این ها می تواند حالت تهوع را بدتر کند.

اگر موارد زیر را مشاهده کردید با پزشک کودکان تماس بگیرید:

برخی مواد استفراغ شده را آسیبیده کرده است.

قادر به تحمل داروهای خوراکی نیست.

دفعات استفراغ زیاد است یا مدت آن طولانی است.

استفراغ خونی، قهوه ای، سبز یا زرد رنگ دارد.

منابع :

1. بروئر و سودارت-پرستاری داخلی و جراحی سرطان-ترجمه د. ندا

ثنایی و همکاران-نشر اندیشه رفیع-ویراست 2021

2. د. طاهر انتظاری ملکی و همکاران-راهنمای درمان عوارض ناشی از

شیمی درمانی-نشر تیمورزاده=1401

حداقل یک ساعت بعد از هر وعده ی غذایی کودکان بایستی در حالت نشسته استراحت کند.



اگر کودکان در بستر است ظرفی را کنار او قرار دهید.

برای جلوگیری از استفراغ بهتر است با ظهور اولین علائم تهوع دارودرمانی انجام شود.

اگر استفراغ های کودک شدید است خوردن غذا و مایعات بایستی متوقف شود و به پزشک معالج اطلاع دهید.

پس از توقف استفراغ ، مصرف مایعات خنک به مقدار بسیار کم شروع می شود که می توان به تدریج افزایش داد و در صورت تحمل مقادیر بیشتری را امتحان کرد.

مایعات را به شکل تکه های یخ یا آبمیوه های سرد که می توان به آرامی استفاده کرد امتحان کنید.

