

3 طرق طبيعية للتغلب على برد المعدة عند الأطفال



الجمعة 20 أكتوبر 2017 11:10 م

عادة ما يكون الصغار أكثر عرضة للأمراض بسبب ضعف جهازهم المناعي، حيث لا يتمتعون بالقوة الكافية لمحاربة العوامل الخارجية، فقد يعانون من برد المعدة وما يصاحبها من أعراض كارتفاع في درجة الحرارة والإسهال، لذا سنوضح في هذا المقال أعراض برد المعدة وبعض الطرق التي يجب أن تتبعها للتغلب عليه إذا أصاب صغيرك:

أعراض برد المعدة:

يمكن أن تحدد من الأعراض ما يعاني منه طفلك، فإذا كان يعاني من برد المعدة ستلاحظين فقدان الشهية لديه والغثيان، وقد يتطور الأمر للإسهال والحمى والقيء أحياناً

قد تتشابه تلك الأعراض مع أعراض التسمم، ولكن الفرق بينهما أن أعراض التسمم تظهر فور تناول الأطعمة الملوثة، هذا بخلاف ندرت حدوث حمى في حالة التسمم

طرق التغلب على برد المعدة:

1. العلاجات المنزلية:

برد المعدة من السهل معالجته، ولكن لا بد من التأكد من الأسباب الرئيسية لحدوث المرض قبل معالجته، وبشكل عام احرص على بعض العلاجات المنزلية الطبيعية التي تساعد على تخفيف أعراض برد المعدة مثل القيء والإسهال كشرب السوائل مثل الزنجبيل والنعناع والبابونج لما يحتويه من خصائص مهدئة، ووفري له الراحة التامة حتى يسترد عافيته ولا تحدث له أي مضاعفات، وفي حالة تفاقم الأعراض يجب استشارة الطبيب في أقرب وقت

2. تناول قدرٍ كافٍ من السوائل:

يجب أن تنتبهي جيداً لكمية السوائل التي يتناولها صغيرك وأن تكون كافية لحاجة الجسم كالماء والعصائر الطبيعية والمشروبات العشبية، مثل الزنجبيل والينسون وغيرها لكي لا يصاب بالجفاف، لذا عليكِ عد المرات التي يذهب فيها طفلك إلى الحمام، فإذا لم يذهب بصورة طبيعية، فهذا قد يكون دليل على الجفاف أو بداية جفاف

3. إطعام الطفل تدريجياً:

تصر الكثير من الأمهات على إطعام الطفل رغماً عنه، ولكن في حالة مرض الطفل وفقدان شهيته لا تضغطي عليه بتناول الطعام، ولكن يجب أن تطعميه تدريجياً عند بدء استعادته لعافيته، ولكن احرص أن يكون الطعام خفيفاً على معدته مثل التفاح المهروس أو الجزر المسلوق أو الموز أو الأرز المسلوق دون أي دهون

يعد مرض برد المعدة من أكثر الأمراض المعدية، لذا عليكِ التأكد من تطهير ألعاب طفلك وغسل يديه ويديك باستمرار بالماء والصابون، للتأكد من عدم انتقال العدوى لأحد أفراد الأسرة ولا تقلقي برد المعدة لن يستغرق سوى بضعة أيام مع طفلك، ولكن احرص على اتباع تلك الخطوات ليتخلص طفلك سريعاً من المرض

