

Ugonjwa wa tumbo

Je, ugonjwa wa tumbo ni nini?

Ugonjwa wa tumbo (Gastroenteritis) ni neno la maambukizi katika tumbo na matumbo (utumbo). Ugonjwa wa tumbo unaweza kuathiri watu wa umri wote na unaweza kusababisha kutapika au kuhara (au zote mbili). Unaweza pia kusababisha maumivu ya tumbo na homa.

Je, ni nini husababisha ugonjwa wa tumbo?

Ugonjwa wa tumbo kawaida husababishwa na virusi, na sio kawaida na bakteria au vimelea. Unaweza kutokana na chakula kilichochafuliwa au maji yaliyochafuliwa, au kutoka kwa watu wengine ambao hawajaosha mikono yao (hii ni muhimu hasa baada ya kwenda chooni, kubadilisha nepi, au kabla ya kugusa chakula).

Watoto wanaweza kuwa wagonjwa haraka sana na ugonjwa wa tumbo. Watoto, hasa watoto wachanga, wanaweza kupungukiwa na maji mwilini kwa haraka kutokana na kupoteza maji kupitia kuhara na kutapika.

Matibabu yanayotolewa katika idara ya dharura

Majimaji ya mdomo ni matibabu bora kwa upungufu wa maji mwilini. Mtoto wako anaweza kuwa ametibiwa katika idara ya dharura kwa kutumia suluhisho la maji mwilini ama kwa mdomo, au kupitia bomba la nasogastric (bomba linalowekwa kwenye pua ambayo huenda tumboni).

Dawa ya kuzuia kuhara haipendekezwi, na dawa antibiotiki zinahitajika mara chache.

Viowevu

Wakati mtoto wako ni mgonjwa ni muhimu kutoa vinywaji vya kawaida ili kuzuia upungufu wa maji mwilini. Hivi vinaweza kuwa maji, juisi ya matunda iliyoongezwa na maji, au suluhisho la maji mwilini.

Juisi ya apple ya wazi iliyoongezwa na maji (nusu maji, nusu juisi ya apple) mara nyingi hutumiwa kama suluhisho la maji mwilini linalopendelewa katika idara ya dharura na inaweza kuendelea kutumiwa nyumbani. Suluhisho zingine za maji mwilini zinaweza kununuliwa kutoka kwa maduka makubwa au maduka ya dawa (na pia zinaweza kutolewa au kufanywa kwenye nguzo za barafu).

Vinywaji vyenye sukari nyingi (ikiwa ni pamoja na juisi za matunda ya kawaida, vinywaji vya michezo au vinywaji vya nishati) haipaswi kutolewa kwani hivi vinaweza kufanya kuhara kuwa mbaya zaidi.



Ikiwa mtoto wako anaendelea kutapika, mpe vinywaji vidogo mara nyingi (kwa mfano, kila baada ya dakika 10 hadi 15). Kutumia bomba la sindano kunaweza kusaidia. Wakati kutapika kunatulia, anaweza kunywa kiasi zaidi mara chache. Mtoto wako anapaswa kunywa angalau kiasi kilichopendekezwa hapa chini wakati yuko macho. Ikiwa anataka kunywa zaidi ya hii, basi anaweza. Ikiwa kutapika au kuhara kunaendelea, atahitaji kunywa vinywaji ziada ili kuchukua nafasi ya kile anachopoteza wakati ana ugonjwa bado.

Ikiwa mtoto wako amepokea suluhisho la maji mwilini na bomba la kutoka puani wakati akiwa hospitalini, anaweza kukosa kunywa vizuri mwanzoni kwani anaweza kutokuwa na kiu.

Uzito	Majimaji kwa saa (wakati wa kuamka)
kilo 8 – 10	mililita 40 – 50
kilo 10 – 12.5	mililita 50 – 60
kilo 12.5 – 15	mililita 60 – 75
kilo 15 – 17.5	mililita 75 - 90
kilo 17.5 – 20	mililita 90 – 100
kilo 20 – 30	mililita 100
kilo 30 - 45	mililita 125

Chakula

- Usimwache mtoto wako na njaa kwa muda mrefu.
- Watoto wanaonyonyesha wanapaswa kuendelea kunyonya.
- Maziwa na maziwa ya unga (formula) ni salama na hayapaswi kupunguzwa. Ikiwa unaona maziwa yanazidisha kuharisha kwake, utahitaji kumuona daktari wako.
- Acha mtoto wako ale kile ambacho kwa kawaida hula. Hii inaweza kujumuisha wali, viazi, mkate, nafaka, nyama konda, maziwa mtindi, matunda na mboga. Hata hivyo, epuka vyakula vyenye sukari nyingi au vyakula vitamu kwani hii inaweza kufanya kuhara kuwa kubaya zaidi.

Wakati wa kumuona daktari wako

- Ikiwa mtoto wako ana umri wa chini ya miezi 3 (kwani watoto wachanga wanaweza kuwa wagonjwa haraka sana).
- Ikiwa mtoto wako anaendelea kutapika.
- Ikiwa una wasiwasi juu ya idadi ya kinyesi chenye maji (poo) kinachopitishwa, au ikiwa choo kina damu ndani yake.
- Ikiwa mtoto wako anakataa kunywa.
- Ikiwa mtoto wako ana maumivu mabaya ya tumbo.

Ikiwa mtoto wako ana dalili za upungufu wa maji mwilini kama vile:

- kusinzia au kulegea
- hasira
- mdomo mkavu
- macho yanaonekana kuingia ndani

- kupungua kwa pato la mkojo (mkojo)
 - mtoto wako haendi haja ndogo kwa masaa 12
 - chini ya nusu ya idadi yake ya kawaida ya nepi nyevu
 - mkojo wake ni mweusi sana na umejilimbikizia.

Nini cha kufanya

- Mradi tu mtoto wako bado ana kuhara na kutapika, aweke mbali na watoto wengine iwezekanavyo, na akae nyumbani kutoka shule au vituo vya huduma ya watoto. Inaweza kuchukua siku nyingi (hata wiki chache) ili kuharisha kwake kutulie.
- Osha mikono yako baada ya kubadilisha nepi au kucheza na mtoto wako.
- Mfundishe mtoto wako kuosha mikono yake kila wakati baada ya kwenda chooni.
- Badilisha nepi ya mtoto wako mara kwa mara, na utumie mafuta ya nepi yenye zinki - kuzuia kuhara kuweza kuathiri ngozi ya mtoto wako.

Kama una wasiwasi

Nenda kwa daktari wako wa karibu au idara ya dharura ya karibu.



Government of **Western Australia**
Child and Adolescent Health Service

**Waraka huu unaweza kupatikana katika muundo
mbadala kwa ombi la mtu mwenye ulemavu.**

Huduma ya Afya ya Watoto na Vijana

15 Hospital Avenue, Nedlands, WA, 6009.

Simu: (08) 6456 2222

Imetolewa na: Idara ya Dharura

Kumbukumbu: 303.10 © CAHS 2023

Kanusho: Chapisho hili ni kwa madhumuni ya elimu ya jumla na habari. Wasiliana na mtaalamu wa afya aliyehitimu kwa ushauri wowote wa matibabu unaohitajika.

© Jimbo la Australia Magharibi, Huduma ya Afya ya Watoto na Vijana