

# اسهال

ترجمه: دکتر گیتی حاجبی

گروه داروسازی بالینی دانشکده داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

## ■ اهمیت سؤال‌ها و پاسخ‌ها

### □ سن

در افراد خیلی جوان و خیلی مسن مراقبت ویژه لازم است. نوزادان (کوچک‌تر از یک سال) و بیماران مسن به‌خصوص در معرض خطر دهیدراته شدن هستند.

### □ دوره

اغلب موارد اسهال حاد و خود - محدودشونده می‌شوند. به‌علت خطر دهیدره شدن، عاقلانه است که نوزادان مبتلا به اسهال بیش از یک روز را به پزشک ارجاع دهیم.

### □ شدت

میزان شدت اسهال به ماهیت و تکرار مدفوع مربوط می‌شود. هر دو این جنبه‌ها مهم هستند، چون، به‌خصوص در شکایت‌های خود تشخیص داده می‌توانند ایجاد سوء تفاهم کنند. بیماران مسن که از اسهال شکایت می‌کنند ممکن است، در واقع، از به‌هم فشردگی مدفوع رنج ببرند. آن‌ها ممکن است مدفوع مایع را انتقال دهند، اما فقط با یک یا دو اجابت در روز.

### □ علایم

شروع اسهال حاد سریع است و مدفوع آبکی ایجاد می‌کند که به کرات منتقل می‌شوند. کرامپ‌های شکم، نفخ و ضعف یا ناخوشی نیز ممکن است

داروسازان جامعه ممکن است توسط بیماران در مورد درمان اسهال یا مشاوره در مورد اقدام‌هایی که باید انجام دهند، وقتی اسهال اتفاق افتاد (برای مثال، به مسافران) مورد پرسش قرار گیرند. اسهال به‌عنوان افزایش تکرار تخلیه روده، با عبور مدفوع شل غیرطبیعی و آبکی تعریف می‌شود. درمان پایه، جایگزینی الکترولیت و مایعات است، ضمناً، داروهای ضداسهال در بزرگسالان و کودکان بزرگ‌تر مفید هستند.

### چه چیزی را باید بدانیم

- \* سن
- نوزاد، کودک، بزرگسال، مسن
- \* دوره
- \* شدت
- \* علایم، علایم همراه
- تهوع، استفراغ
- تب
- کرامپ‌های شکم
- نفخ شکم
- \* سایر اعضای خانواده تحت تأثیر قرار گرفته‌اند؟
- \* سابقه قبلی
- \* مسافرت اخیر به خارج
- \* عوامل ایجادکننده
- \* دارو
- داروهای حال حاضر امتحان شده
- داروهای دیگری که مصرف می‌شوند

اتفاق بیافتند. تهوع و استفراغ ممکن است با اسهال همراه باشد، ممکن است تب هم باشد. داروساز باید همیشه درباره استفراغ و تب در نوزادان بپرسد؛ هر دو این‌ها احتمال توسعه دهیدراته شدن شدید را افزایش می‌دهند. سؤال مهم دیگر درباره اسهال در نوزادان این است که آیا دریافت شیر و سایر نوشیدنی‌های نوزاد مطابق معمول بوده است. کاهش دریافت مایعات به دهیدراته شدن کمک می‌کند.

داروساز باید درباره دریافت غذا و نیز درباره این که آیا سایر اعضای خانواده یا دوستان از علائم مشابهی رنج می‌برند از بیمار بپرسد، چون اسهال حاد اغلب در مبدأ عفونی است. شیوع گاستروانتریت اغلب جزئی است و داروساز ممکن است بارها توسط بیماران مختلف برای مشاوره و درمان در یک مدت زمان کوتاه مورد پرسش قرار گیرد. انواع اسهال عفونی بعداً مورد بحث قرار می‌گیرد.

حضور خون یا مخاط در مدفوع یک نشان برای ارجاع است. اسهال با استفراغ شدید یا با تب بالا نیز مستلزم مشاوره پزشکی است.

#### □ سابقه قبلی

سابقه قبلی اسهال یا تغییر طولانی مدت در عادت روده گواهی برای ارجاع بررسی‌های بیشتر خواهد بود و این مهم است که داروساز وضعیت‌های بین حاد و مزمن را تشخیص دهد. اسهال مزمن (دوره بیش از سه هفته) ممکن است به علت بیماری‌های روده از قبیل بیماری کرون (IBS)، (Crohn) یا کولیت اولسراتیو باشد و نیازمند مشاوره‌های پزشکی است.

#### □ سفر اخیر به خارج از کشور

اسهال در بیماری که اخیراً مسافرت به خارج

داشته نیازمند ارجاع می‌باشد، چون ممکن است از منشأ عفونی باشد. ژیا ردیا باید در مسافران اخیراً برگشته از آمریکای جنوبی یا خاور دور بررسی شود.

#### □ علت‌های اسهال

##### ■ عفونت‌ها

اغلب موارد اسهال کوتاه مدت هستند، عادت روده قبل و بعد طبیعی است. در این موقعیت‌ها، علت احتمالاً عفونی است (ویروس یا باکتریایی). ویروس‌ها اغلب مسؤول گاستروانتریت‌ها هستند. در نوزادان، ویروس عامل چنین مشکل‌هایی اغلب از طریق مجرای تنفسی (روتاویروس) وارد بدن می‌شوند. علائم همراه، علائم یک سرماخوردگی و شاید یک سرفه باشند. عفونت ناگهانی شروع می‌شود و استفراغ اغلب جلوتر از اسهال است. فاز حاد معمولاً ۳-۲ روز است، گرچه اسهال ممکن است ادامه پیدا کند. گاهی اوقات اسهال وقتی تغذیه شیر دوباره برقرار شود برمی‌گردد. این به علت یکی از آنزیم‌های هضم - شیر است که موقتاً غیرفعال شده است. بنابراین، شیر هضم نشده از روده عبور می‌کند، موجب اسهال می‌شود. لازم است پزشک در چنین شرایطی مشاوره بیشتری بدهد.

در حالی که در اغلب موارد عفونت خیلی شدید نیست و خود - محدودشونده است، باید به خاطر داشت که عفونت روتاویروس می‌تواند موجب مرگ شود. به احتمال زیاد این در نوزادانی که از قبل در سوء تغذیه بوده‌اند و در شرایط اجتماعی ضعیف زندگی کرده‌اند و از سینه مادر تغذیه نشده‌اند، پیش می‌آید.

نوروویروس یک علت شایع دیگر گاستروانتریت

هستند، که اغلب با آلودگی مرغ در ارتباط هستند، گرچه شامل سایر گوشت‌های دیگر هم می‌شود. تخم‌مرغ‌های آلوده نیز به‌عنوان منبع سالمونلا شناخته شده‌اند. بهداشت آشپزخانه و پخت کامل در پیشگیری از عفونت اهمیت بالایی دارند.

جدول ۱، ویژگی‌های تیپیکال بعضی از عفونت‌های زیر را خلاصه می‌کند:

✧ دیسانتري باسیلی توسط شیگلا ایجاد می‌شود. جایی که مردم نزدیک هم زندگی می‌کنند می‌تواند شیوع پیدا کند و ممکن است در مسافران به آفریقا و آسیا اتفاق بیافتد.

✧ باسیلوس سرئوس معمولاً با برنج پخته در ارتباط است، به‌خصوص اگر گرم نگه داشته شده یا دوباره گرم شده باشد. با دو تصویر بالینی متفاوت معرفی می‌شود، همان‌طور که جدول ۱ نشان می‌دهد.

✧ عفونت‌های اشریشیا کولی کمتر شایع هستند

در مردم در همه سنین است. در انگلستان، تا یک میلیون نفر را سالانه تحت تأثیر قرار می‌دهد. ویروس از طریق تماس با فرد دیگر، با غذا یا سطوح آلوده منتشر می‌شود. بعد از یک انکوباسیون تا ۴۸ ساعت، ناخوشی به‌طور ناگهانی با خارج شدن استفراغ، اسهال و علائم شبه - فلو شروع می‌شود. معمولاً به سرعت برطرف می‌شود و درمان شامل توصیه معمول جایگزینی مایعات است.

✧ باکتریال: این‌ها عفونت‌های منتقله - از غذا هستند که قبلاً به‌عنوان مسمومیت‌های غذایی شناخته می‌شدند. انواع مختلفی از باکتری‌ها وجود دارند که می‌توانند چنین عفونت‌هایی را ایجاد کنند: استافیلوکوک‌ها، کامپیلوباکتر، سالمونلا، شیگلا، اشریشیا کلی پاتوژن، باسیلوس سرئوس و لیستریا منوسیتوژنز. علائم تیپیکال شامل اسهال شدید و استفراغ، با یا بدون درد شکم هستند. دو عفونتی که معمولاً دیده می‌شوند کامپیلوباکتر و سالمونلا

جدول ۱ - ویژگی‌های بعضی عفونت‌هایی که موجب اسهال می‌شوند

عفونت	دوره کمون	دوره	علائم
استافیلوکوس	۶ - ۲ ساعت	۲۴ - ۶ ساعت	شدید، زودگذر؛ به‌خصوص استفراغ
سالمونلا	۱۲ - ۲۴ ساعت	۷ - ۱ روز	عمدتاً اسهال
کامپیلوباکتر	۷ - ۲ روز	۷ - ۲ روز	اسهال با کولیک شکم
باسیلوس سرئوس باسیلوس سرئوس (دو نوع از عفونت)	۵ - ۱ ساعت ۱۶ - ۸ ساعت	۲۴ - ۶ ساعت ۲۴ - ۱۲ ساعت	استفراغ اسهال
لیستریا منوسیتوژنز	۷۰ - ۳ روز		شبه - فلو، اسهال

اما با سمی که در بدن آزاد می‌کند می‌تواند شدید باشد و موجب نارسایی کلیه شود.

❖ لیستریا منوسیتوزنز می‌تواند موجب گاستروانتریت یا ناخوشی شبه - فلو شود. گاهی می‌تواند شدیدتر باشد و موجب سپتی‌سمی یا مننژیت، با میزان مرگ و میر قابل توجه شود. زنان باردار به آن مستعد تر هستند اما هنوز یک عفونت نادر است (یک مورد در ۲۰,۰۰۰ زن باردار). عفونت حین بارداری می‌تواند باعث سقط جنین، مرده‌زایی یا عفونت نوزاد گردد. غذاهایی که باید حین حاملگی اجتناب شوند شامل پنیر غیرپاستوریزه، پنیر نرم رسیده، پنیرهای آبی رنگ، کله، برش‌های سرد گوشت و ماهی دودی هستند. مراقبت در ذخیره و نگهداری غذای سرد آماده خوردن در خانه لازم است. زنان باردار مبتلا به اسهال یا تب باید فوراً به ماما یا پزشک خود ارجاع داده شوند.

آنتی‌بیوتیک‌ها معمولاً لازم نیستند، چون اغلب عفونت‌های غذایی خودبه‌خود برطرف می‌شوند. مهم‌ترین درمان جایگزینی کافی مایعات است. آنتی‌بیوتیک‌ها برای عفونت‌های شیگلا و موارد خیلی شدید سالمونلا یا کامپیلوباکتر استفاده می‌شوند. سیپروفلوکساسین ممکن است در چنین موقعیت‌هایی استفاده شود.

❖ عفونت‌های پروتوزوایی در اروپای غربی شایع نیستند اما ممکن است در مسافران از مناطق دور اتفاق بیافتد. نمونه‌ها شامل آنتامبا هیستولیتیکا (آمیب دیسانتری) و ژiardیا لامبلیا (ژیاردیازیس) هستند. تشخیص با ارسال نمونه‌های مدفوع به آزمایشگاه انجام می‌شود.

### ■ اسهال مزمن

اسهال عودکننده یا پایدار ممکن است به علت روده تحریک‌پذیر، یا به صورت جدی‌تر، یک تومور روده، یک التهاب روده (از قبیل کولیت اولسراتیو یا بیماری کرون)، ناتوانی در هضم و جذب غذا (سوء جذب، از قبیل بیماری سیلیاک) یا بیماری دیورتیکولار کولون باشد.

### ■ سندرم روده تحریک‌پذیر

این بیماری غیر جدی، اما رنج‌آور یکی از علت‌های بیشتر شایع اختلال عملکرد روده راجعه در نوجوانان و بزرگسالان جوان است. بیمار معمولاً عبور مکرر حجم کم مدفوع را نسبت به اسهال واقعی توصیف می‌کند. مدفوع معمولاً در ماهیت متغیر است، اغلب شل و نیمه شکل گرفته است. ممکن است به صورت مدفوع خرگوش یا به شکل مداد توصیف شود. تکرار عمل روده نیز متغیر است، چون اسهال ممکن است با یبوست متناوب شود. روده‌ها اغلب چندین بار در صبح قبل از این که بیمار منزل را برای کار ترک کند باز می‌شوند. احتمال وقوع این وضعیت در زمان استرس بیشتر است، ممکن است با اضطراب در ارتباط باشد و با عفونت روده بیشتر شود. فیبر رژیم غذایی ناکافی یا نامحلول نیز ممکن است با اهمیت باشد. ممکن است غذاهای خاص روده را تحریک کنند، اما اثبات آن احتمالاً مشکل است.

خون در حرکت روده تحریک‌پذیر وجود ندارد. اسهال خونی ممکن است نتیجه یک التهاب یا تومور روده باشد و همیشه نیازمند ارجاع فوری می‌باشد. احتمال دومی با افزایش سن بیشتر است (از میان سالی به بعد) و احتمال دارد با یک تغییر

چه موقع ارجاع دهیم
اسهال بیش از: مدت ۱ روز در کودکان کوچکتر از ۱ سال مدت ۲ روز در کودکان زیر ۳ سال و بیماران مسن مدت ۳ روز در کودکان بزرگتر و بزرگسالان همراه با استفراغ و تب مسافرت اخیر به خارج واکنش مشکوک ناشی - از دارو به داروی نسخه‌ای سابقه تغییر در عادت روده حضور خون یا موکوس در مدفوع بارداری

### ■ زمان بندی درمان

یک روز در کودکان؛ در غیر این صورت دو روز

### ■ مدیریت

#### □ درمان خوراکی

خطر دهیدراته شدن از اسهال در نوزادان بیشتر است و درمان با مایعات برای اسهال حاد در نوزادان و کودکان کم سن درمان استاندارد در نظر گرفته می شود. ساشه های درمان با مایعات خوراکی ممکن است با داروی ضداسهال در کودکان بزرگتر و بزرگسالان استفاده شود.

حتی اگر ارجاع به پزشک توصیه گردد، درمان با مایعات ممکن است شروع شود. ساشه های پودر برای افزودن آب در دسترس هستند؛ این ساشه ها حاوی سدیم به صورت کلراید و بیکربنات، همراه با گلوکز و پتاسیم هستند. جذب سدیم با حضور گلوکز تسهیل می شود.

تنوعی از طعم ها در دسترس هستند.

ضروری است که توصیه های مناسب توسط

طولانی مدت در عادت روده همراه باشد؛ در این مورد، اسهال ممکن است گاهی با یبوست متناوب شود.

### □ دارو

#### ■ داروهایی که در حال حاضر مصرف می شوند

داروساز باید هویت هر نوع دارویی را که بیمار در حال حاضر برای درمان علائم دریافت می کند، برای ارزیابی مناسب بودن آن ها مشخص کند.

#### ■ سایر داروهایی که دریافت می شوند

جزییات هر داروی دیگر (هم OTC و هم نسخه ای) که دریافت می شود نیز لازم است، چون اسهال ممکن است ناشی از دارو باشد (جدول ۲). داروها باید بررسی شوند؛ داروهای مصرفی متداول از قبیل آنتی اسیدهای حاوی منیزیم و فرآورده های آهن نمونه هایی از داروهایی هستند که ممکن است ایجاد اسهال کنند. سوء مصرف لاکتاتو باید به عنوان یک علت احتمالی بررسی شود.

#### جدول ۲ - بعضی از داروهایی که ممکن است موجب اسهال شوند

آنتی اسیدها: املاح منیزیم  
آنتی بیوتیک ها  
آنتی هیپر تانسیوها: گوانتیدین (عارضه شایع اما به ندرت تجویز می شود) متیل دوبا، مسددهای بتا (به ندرت)  
دیگوکسین (سطوح سمی)  
مدرها (فورسماید)  
فرآورده های آهن  
ملین ها  
میزوپروستول  
داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی  
مهارکننده های انتخابی جذب سروتونین

جدول ۳ - مقدار محلول جهت درمان با مایعات برای بیماران	
سن	مقدار محلول (در هر مدفوع آبکی)
زیر ۱ سال	۵۰ ml (یک چهارم لیوان)
۱-۵ سال	۱۰۰ ml (نصف لیوان)
۶-۱۲ سال	۲۰۰ ml (یک لیوان)
بزرگسالان	۴۰۰ ml (دو لیوان)

### ■ سایر درمان‌ها

#### □ لوپرامید

لوپرامید یک درمان ضداسهال مؤثر برای استفاده در کودکان بزرگ‌تر و بزرگسالان است. وقتی لوپرامید توصیه می‌شود داروساز باید به بیماران یادآوری کند مقدار زیادی مایعات اضافی بنوشند. ساشه‌های خوراکی جهت درمان با مایعات ممکن است توصیه شوند. لوپرامید ممکن است برای کودکان زیر ۱۲ سال توصیه نگردد.

#### □ دیفنوکسیلات / آتروپین (Co-phenotrope)

Co-phenotrope می‌تواند به‌عنوان یک مکمل به درمان با مایعات برای درمان اسهال در افراد ۱۶ سال و بالاتر استفاده شود.

#### □ کائولین

کائولین به‌عنوان درمان سنتی سال‌ها برای اسهال استفاده می‌شده است. استفاده از آن بر مبنای نظری است که آن را توجیه می‌کند که آب را در لوله گوارش جذب می‌کند و توکسین‌ها و باکتری‌ها را روی سطح آن جذب می‌کند، در نتیجه آن‌ها را از روده برمی‌دارد. نشان داده نشده که دومی درست باشد و سودمندی گذشته زیر سؤال است. استفاده

داروساز درباره نحوه افزودن آب به پودر داده شود، بیماران باید یادآوری شوند که برای درست کردن محلول فقط از آب استفاده کنند (هرگز میوه یا نوشیدنی‌های گازدار استفاده نکنند) و برای کودکان کمتر از یک سال آب جوشیده سرد شده باید استفاده گردد. آب جوش نباید استفاده شود، چون موجب آزاد شدن کربن دی‌اکساید می‌شود. محلول می‌تواند برای ۲۴ ساعت در یخچال نگهداری شود، نوشیدنی‌های گازدار، قندی هرگز نباید برای اصلاح مایعات استفاده شوند، چون ایجاد محلول هیپراسمولار می‌کنند که ممکن است مشکل را بدتر کند. محتوای سدیم چنین نوشیدنی‌هایی، همچون محتوای گلوکز ممکن است زیاد باشد.

محلول‌های نمک و شکر خانه‌ساز نباید توصیه شوند، چون دقت محتوای الکترولیت آن‌ها نمی‌تواند تضمین گردد و این دقت، به‌خصوص در نوزادان، کودکان کم سن و بیماران مسن ضروری است. قاشق‌های پیمانه مخصوص در دسترس هستند؛ استفاده درست آن‌ها یک محلول قابل قبول‌تر درست می‌کند، اما استفاده آن‌ها باید برای درمان بزرگسالان نگه داشته شود، جایی که غلظت الکترولیت‌ها کمتر حیاتی هستند.

#### □ مقادیر

والدین گاهی می‌پرسند چه مقدار محلول برای درمان با مایعات باید به کودکان داده شود. قوانین ساده زیر می‌تواند برای راهنمایی استفاده شود؛ مقدار محلول پیشنهادی به بیماران بر اساس تعداد مدفوع‌های آبکی است که دفع می‌شود. جدول (۳) حجم لازم برای هر مدفوع آبکی را فراهم می‌کند.

دانش بالینی (CKS) می‌گوید که بیمار می‌تواند به ادامه رژیم معمول توصیه شود اما بهتر است از غذاهای چرب و غذاهای با محتوای قند زیاد اجتناب شود، چون ممکن است خوب تحمل نگردند. ۳- شیرخوردن از سینه یا بطری در نوزادان باید ادامه پیدا کند. شدت و دوره اسهال با ادامه تغذیه شیر تحت تأثیر قرار نمی‌گیرد. کودک باید خوب تغذیه شود، به‌خصوص در مواردی که برای شروع نوزاد خوب تغذیه نشده باشد و این با قطع شیر ممکن است نسبت به یک نوزاد خوب تغذیه شده (قطع موقت این با بی‌اهمیت است) زیان‌آورتر باشد. با این حال، بعضی پزشکان توصیه به قطع شیر، به‌خصوص بطری، در طول فاز حاد عفونت می‌کنند.

### ■ اسهال در عمل

#### □ مورد اول

خانم راینسون می‌پرسد برای اسهال چه توصیه‌ای می‌توانید بکنید. پسر او دیوید، ۱۱ ساله، اسهال دارد و او نگران دو فرزند دیگرش، ناتالی، ۴ ساله، و تام ۱ ساله است که ممکن است بگیرند. اسهال دیوید دیروز شروع شده، او پنج بار به دستشویی رفته و یک بار استفراغ داشته، اما از آن موقع دیگه نداشته است. او درد ناگهانی و شدید (gripping pains) دارد، اما به‌طور کلی خوب و پر جنب و جوش است. روز گذشته او وقت ناهار مدرسه پای و چیپس از بیرون گرفته است. هیچ یک از افراد خانواده آن غذا را نخوردند. خانم راینسون هیچ دارویی به او نداده است. مقداری مخلوط کائولین و مرفین در خانه دارد می‌پرسد می‌تواند به دیوید و

از فرآورده‌های حاوی کائولین به مقدار زیادی توسط درمان خوراکی با مایعات جایگزین شده است، اگرچه بیماران به درخواست انواع فرآورده‌های حاوی کائولین ادامه می‌دهند.

#### □ مرفین

مرفین، به اشکال مختلف، برای سال‌های زیادی در درمان‌های ضداسهال گنجانده شده‌اند. مبنای تئوری این است که مرفین با دیگر داروهای مخدر مثل کدین، به کاهش عمل لوله گوارش شناخته شده‌اند. در واقع، یبوست یک عارضه جانبی خوب شناخته شده این داروها است. در هر صورت، در مقادیر مصرفی گنجانده شده در اغلب فرآورده‌های OTC، بعید است که چنین اثری ایجاد شود. مخلوط کائولین و مرفین برای بعضی بیماران، علی‌رغم فقدان شواهدی از اثر بخشی آن یک انتخاب محبوب باقی مانده است.

#### □ پروبیوتیک‌ها

یک بررسی سیستماتیک نشان داد که، وقتی درمان با مایعات استفاده شوند، به‌نظر می‌رسد پروبیوتیک‌ها تکرار مدفوع را کاهش و دوره اسهال عفونی را کوتاه می‌کنند. بسیاری از مطالعه‌ها در افراد سالم انجام شده و پژوهشگران هم‌چنین نتیجه گرفتند که قبل از معرفی توصیه‌هایی برای راهنمایی استفاده از پروبیوتیک‌ها تحقیق بیشتر لازم است.

### ■ نکات عملی

- ۱- بیماران مبتلا به اسهال باید به نوشیدن مقدار زیاد مایعات صاف، رقیق، مثل آب توصیه شوند.
- ۲- خدمات بهداشت ملی (NHS) در خلاصه

اگر لازم شود به کودکان دیگرش بدهد.

#### ■ نظر داروساز

به نظر می‌رسد که دیوید دارای اسهال حاد است، احتمالاً ناشی از غذایی است که او هنگام ناهار دیروز خورده است. او یک بار استفراغ داشته، اما اکنون مشکل اسهال است. کودک به غیر از آن خوب است. او ۱۱ سال دارد، بنابراین، بهترین برنامه شروع درمان با مایعات به صورت خوراکی با بعضی ساشه‌های اختصاصی است، با توصیه به مادرش در مورد نحوه آماده کردن آن‌ها. مخلوط کائولین و مرفین را نباید به کودکان زیر ۱۲ سال داد، به هر صورت به عنوان داروی خط اول درمان اسهال در نظر گرفته نمی‌شود. اگر هر یک یا هر دو کودک دیگر اسهال گرفتند، به آن‌ها نیز باید محلول درمان با مایعات داده شود. دیوید باید پس فردا، اگر وضعیتش خوب نشد، به پزشک مراجعه کند.

#### ■ دیدگاه پزشک

اسهال دیوید می‌تواند به دلیل مسمومیت غذایی باشد. درمان با مایعات به صورت خوراکی درمان درستی است. باید به او گفته شود برای ۲۴ ساعت آینده چیزی نخورد یا تا زمانی که اسهال برطرف شود. اگر او می‌خواهد مایعات دیگر به غیر از مخلوط الکترولیت بنوشد، به او باید گفت از شیر اجتناب کند.

علایم او باید طی ۲۴ ساعت آینده برطرف شوند. اگر علایم باقی بمانند یا شکایت از بدتر شدن درد شکم باشد، به خصوص در قسمت پایین راست شکم، مادر او باید با پزشک تماس بگیرد. یک آپاندیسیت حاد آتیپیکال ممکن است با علایم یک عفونت روده نشان داده شود.

#### □ مورد دوم

خانم چودری به دنبال دریافت نسخه معمول تکراری برای درمان کاهنده فشارخون خود است. شما می‌پرسید او و خانواده چطور هستند، و او می‌گوید که چند عضو خانواده از اسهال روشن و خاموش (on & off) رنج می‌برند. شما می‌دانید که خانواده اخیراً از مسافرت به هندوستان برگشته‌اند جایی که وابستگان خود را برای شرکت در عروسی فامیلی ملاقات کردند. در پاسخ به سؤال‌های شما، خانم چودری به شما می‌گوید که مشکل ابتلا به اسهال بعد از برگشتن آن‌ها شروع شده است.

#### ■ نظر داروساز

ارجاع به پزشک لازم است چون اسهال ممکن است به مسافرت اخیر مربوط باشد.

#### ■ دیدگاه پزشک

ارجاع به پزشک منطقی است. واضح است، اطلاعات بیشتر لازم است، برای مثال، تاریخ شروع علایم و تاریخ برگشت به انگلستان. به نظر نمی‌رسد کسی از خانواده ناخوشی حاد داشته باشد اما لازم است مطمئن شویم که هیچ کس دهیدره نیست. اگر اسهال پایدار است، ارسال نمونه مدفوع به آزمایشگاه عمومی محلی برای آنالیز مفید می‌باشد. احتمال دارد آن‌ها از ژیا‌ردیازیس رنج ببرند، که می‌تواند با مترونیدازول درمان شود. گاهی اوقات نمونه‌های مدفوع دوباره می‌آیند و هیچ نشانه‌ای از عفونت را نشان نمی‌دهند، که در این صورت اسهال به علت تحریک‌پذیری بعد از عفونت روده در نظر گرفته می‌شود. این نوع اسهال معمولاً خودبه‌خود بدون هیچ درمان خاص برطرف می‌شود.



### □ مورد سوم

خانم جین بری می‌خواهد قبل از اولین مسافرت خانواده‌اش به خارج مقداری دارو ذخیره کند؛ آن‌ها می‌خواهند هفته آینده به اسپانیا بروند. خانم بری می‌گوید که از افرادی که مسافرت رفته‌اند شنیده که سفرشان به‌خاطر اسهال خراب شده و می‌خواهد که شما یک درمان خوب را توصیه کنید. در پرسش، شما می‌فهمید که خانم و آقای بری و دو پسر ۱۰ و ۱۴ ساله آن‌ها به مسافرت می‌روند.

### ■ دیدگاه داروساز

اغلب به‌راحتی می‌توان با اسهال تعطیلات برخورد کرد. به خانم بری توصیه می‌شود مقداری کپسول لوپرامید بخرد که درمان مناسبی برای او، آقای بری و پسر ۱۴ ساله آن‌ها است. به‌علاوه، او باید مقداری ساشه درمان با مایعات به صورت خوراکی برای پسر کوچک‌تر خود بخرد. ساشه‌ها می‌توانند مورد استفاده دیگر اعضا خانواده نیز قرار بگیرند.

داروساز همین‌طور می‌تواند نصایح با ارزشی درباره اجتناب از مشکل‌ها بالقوه توسط خانواده بری در اولین مسافرت خارجی آن‌ها بکند. میوه تازه قبل از خوردن پوست گرفته شود و غذای گرم به‌جز در رستوران نباید خورد. بهتر است از اسنک کنار جاده اجتناب شود. سؤال از کیفیت آب نوشیدنی. مشاوره خوب به مسافران این است که از نماینده شرکت توریستی در مورد توصیه به نوشیدن آب محل بپرسند.

در صورت تردید، آب معدنی بطری می‌تواند نوشیده شود؛ چنین آبی می‌تواند برای درست کردن ساشه درمان با مایعات نیز استفاده شود. بهتر است

از ریختن یخ در نوشیدنی اجتناب شود( بنا بر آب تأمین‌کننده).

اسهال مسافرت معمولاً خود محدود شونده است، اما اگر هنوز بعد از چند روز ادامه دارد، مشاوره پزشکی باید گرفته شود. اگر اسهال ماندگار است یا بعد از برگشت به خانه عود می‌کند، پزشک را باید ملاقات کنید.

در نهایت، باید به بیماران توصیه شوند در خرید داروهای OTC خارجی احتیاط کنند. در بعضی کشورها، محدوده زیادی از داروها شامل استروئیدهای خوراکی و آنتی‌بیوتیک‌ها ممکن است به‌صورت OTC فروخته شوند. هر سال بیمارانی با عوارض جانبی جدی به‌دنبال استفاده از کلرامفنیکل خوراکی به انگلستان بر می‌گردند (برای مثال) که نسخه شده یا خریداری شده است.

### ■ نظر پزشک

داروساز تمام نکات مهم را پوشش داده است. علت احتمالی اغلب موارد اسهال آلودگی غذا یا آب است. بهترین درمان اسهال حاد توقف خوردن و نوشیدن آب معدنی بطری است (با یا بدون پودرهای الکترولیت درمان با مایعات). دریافت داروی ضد اسهال از قبیل لوپرامید معقول است.

### □ مورد چهارم

آقای ردکلیف مرد مسنی است که تنها زندگی می‌کند. امروز، خدمتکار او می‌پرسد چه توصیه‌ای برای اسهال او دارید، که سه روزه دچارش شده است. او دفع مدفوع آبکی مکرر دارد و احساس ضعف و خستگی می‌کند. او خدمتکارش را فرستاده چون جرأت نمی‌کند خانه را به‌خاطر عدم دسترسی به توالت ترک کند. شما سوابق داروهای بیمار را

بررسی می‌کنید (PMRS)، که حافظه شما را تأیید می‌کند که او داروهای متعدد مختلفی دریافت می‌کند: دیگوکسین، فورزماید و پاراستامول. هفته پیش شما یک نسخه آموکسی سیلین برای یک دوره پیچیدید. خدمتکار او می‌گوید که رژیم غذایی او طبق معمول است و به نظر نمی‌رسد ارتباطی بین غذا و علائم او باشد.

### ■ دیدگاه داروساز

اسهال آقای ردکلیف ممکن است به علت آموکسی سیلین باشد که او چند روز پیش شروع کرده است. بهتر است با پزشک بیمار تماس گرفته شود و درباره روند مناسب کار صحبت شود، چون دارو درمانی دیگر آقای ردکلیف به این معنی است که از دست دادن مایعات و دهیدره شدن ممکن است موجب عدم تعادل الکترولیت شود و او را در خطر بیشتر قرار دهد. دکتر ممکن است تصمیم به قطع آموکسی سیلین بگیرد.

### ■ نظر پزشک

احتمال دارد که آموکسی سیلین موجب اسهال شده باشد. مهم‌ترین بررسی در مدیریت این است که اطمینان حاصل شود که مایعات و الکترولیت کافی جایگزین شده باشد. به خصوص چنانچه فرد مسن (و نوزاد) باشد به اثرهای درمان با مایعات مقاوم نیستند. در مورد آقای ردکلیف، مسایل توسط سایر داروها پیچیده‌تر می‌شود.

فورزماید و دیگوکسین. او هیچ مکمل پتاسیم یا مدر نگهدارنده - پتاسیم دریافت نمی‌کند. اگر چه ممکن است دلیل خوبی برای این باشد، مدرهایی مثل فورزماید می‌توانند سطح پتاسیم پلاسما را پایین بیاورند و سمیت خطرناک دیگوکسین را

ایجاد کنند. متأسفانه، پتاسیم می‌تواند در اسهال نیز از دست برود و این مشکل را بیشتر می‌کند. بنابراین، درخواست برای ملاقات پزشک و ارزیابی منطقی است.

همین‌طور امکان دارد که اسهال به دلیل باکتری (کلستریدیوم دیفیسیل) در کولون ایجاد شود. تصور می‌شود که آنتی‌بیوتیک‌ها (آموکسی سیلین دریافتی آقای ردکلیف) فلور طبیعی روده را به هم زده و اجازه داده کلستریدیوم دیفیسیل نشو و نما کند. این وضعیت می‌تواند توسط اغلب آنتی‌بیوتیک‌ها ایجاد شود اما بیشترین گزارش‌ها اغلب با کلیندامایسین، آمپی سیلین، آموکسی سیلین و سفالوسپورین‌ها است. این وضعیت بیشتر در افراد بالای ۶۵ سال اتفاق می‌افتد. در حال حاضر، بیشتر در بیمارستان‌ها جایی که تصور می‌شود عفونت توسط کارکنان سلامت منتشر می‌شود.

عفونت کلستریدیوم دیفیسیل می‌تواند در محدوده علائم خفیف خود محدود شونده تا شدید طولانی یا دوره‌های عود باشد و گاهی می‌تواند کشنده باشد. اغلب یک تب با درجه پایین وجود دارد و درد شکم / کرامپ ممکن است اتفاق بیافتد. علائم معمولاً طی یک هفته از شروع آنتی‌بیوتیک درمانی آغاز می‌شود اما ممکن است تا ۶ هفته بعد از یک دوره آنتی‌بیوتیک شروع شود. گاهی اوقات لازم است موارد شدید را با مترونیدازول یا وانکومایسین درمان کرد.

منبع

Blenkisopp A. Paxton P. Blenkisopp J. Diarrhea in "Symptoms in the Pharmacy" A Guide to the Management of Common Illness. 7 th ed. WILEY Blackwell; 2014: 112 - 124.