



Dr. Ibrahim Al Attrach

Kinderarztpraxis

Kornmarkt 23, 45127 Essen

Tel: 0201-612 09 619

info@attrach.de

www.praxis-attrach.de

الحمية الخاصة بالإسهال عند الأطفال الصغار فوق عمر السنة (حتى عمر ثلاث سنوات تقريبا):

- في اليوم الأول يتم الاعتماد بشكل أساسي على إعطاء السوائل مثل الماء وشاي الأعشاب (الزهورات)
- إضافة لذلك يمكن إضافة وجبات من الخضار المسلوقة و المهروسة
- في اليوم التالي يمكن إضافة الوجبات الغذائية منخفضة الدسم والحاوية على البروتينات ، مثل اللبن الرائب (خاصة قليل الدسم أن توفر) إضافة للحم المهروس مع الخضار.

الحمية الخاصة بالإسهال عند الأطفال فوق عمر 3 سنوات وعند المراهقين:

- بالإضافة إلى ما ذكر أعلاه من إعطاء السوائل كالماء و شاي الأعشاب ، فإنه يمكن إضافة كميات معتدلة من الكولا بالإضافة إلى البسكويت المملح. في هذه الحالات لا ينصح بإعطاء الكولا دايت ، و لكن تعطى الكولا العادية
- الحاوية على السكر ، لأن السكر يساعد على امتصاص الأملاح في الأمعاء ، و التي هي ضرورية لتعويض خسارة الأمعاء الأملاح التي تحدث في حالات الإسهال.
-