

## حساسیت به پروتئین شیر گاو

از مصرف موارد زیر شدیداً خودداری شود:

لبنیات. هر ماده ای که در ساخت آن از لبنیات

استفاده شده مثل: بیسکویت، کیک، بستنی،

شیرخشک معمولی، شکلات و...

تنخم مرغ، بادام زمینی، بادام و هر چه از آن تهیه

میشود.

## دیابت

رژیم غذایی مناسب و منظم در کنار تزریق انسولین.

کودک دیابتی باید در کنار وعده های اصلی غذا و بین

آن ها به دفعات از مواد غذایی مناسب استفاده کند.

کودک دیابتی باید ۶ وعده غذایی شامل ۳ وعده اصلی

و ۳ وعده فرعی غذا بخورد.

## توصیه های تغذیه ای در پنومونی

در صورتیکه کودک غذا را تحمل می کند لازم است قبل از

شروع تغذیه، ورزش تنفسی را انجام داده و پس از تمیز

کردن دهان کودک، بادقت و آهسته با مقدار کم و دفعات

زیاد، تغذیه شروع شود، چون ممکن است کودک تحمل

نکند و استفراغ نماید.

برای پیشگیری از کم آبی بدن به کودک مایعات ولرم بیشتر

خورانده شود. در صورت استفاده از غذاهای جامد استفاده از

غذاهای چرب و سرخ کردنی، ادویه دار و محرک تا بهبودی

کامل کودک ممنوع می باشد.

## توصیه های تغذیه ای در آسم

تغذیه با شیر مادر تا ۶ ماهگی، نوزاد را در برابر

حملات آسم مقاوم می کند. در شروع تغذیه کمکی

مانند سایر کودکان برای پیشگیری از حساسیت غذایی

از دادن سفیده تخم مرغ، ماهی، شیر گاو، فرآورده

های گندم، غلات، سویا، چپیس، پفک و مرکبات و مواد

محرک به کودک تا پایان یک سالگی اجتناب کنید.

## توصیه های تغذیه ای در عفونت ادراری

مصرف مایعات. منع کودک از مصرف مواد

محرک نظیر شکلات، کافئین و نوشابه های

گازدار.



بیمارستان شهید بهشتی



## گاستروآنتریت

روز اول: به کودک شیر و محلول جایگزینی آب بدن یا آبمیوه بدون شکر رقیق شده بدهید.

روز دوم: می توان پوره میوه ی بدون شکر و پوره سبزیجات را به رژیم غذایی کودک اضافه کرد.

روز سوم: می توان مرغ و سوپ را به رژیم غذایی کودک اضافه کرد.

روز چهارم: می توان نان، بیسکویت، تخم مرغ،

گوشت، و ماهی را به رژیم غذایی کودک اضافه کرد.

روز پنجم: در صورت بهبودی کامل می توان رژیم غذایی عادی را از سر گرفت.

## اسهال

در زمان اسهال توصیه می شود از مواد غذایی

سرشار از فیبر مانند سبزیجات خام و بیشتر میوه

جات و همچنین مایعات شیرین، آبمیوه تجاری

آماده استفاده نشود. ولی سایر غذاهای مناسب برای

سن باید در اختیار کودک قرار داده شود مثل

سوپ، لعاب برنج، دوغ، آب. و اگر کودک زیر ۶

ماه است و فقط با شیر مادر و یا شیر خشک تغذیه

می شود از ORS و آب و شیر مادر به مقدار بیشتر

و در کودکانی که شیرخشک مصرف می کنند شیر

خشک رژیمی مناسب استفاده گردد.

اگر کودک ۶ ماهه یا بزرگتر است و غذای کمکی

جامد برای او شروع شده غلات مثل ماش بوداده یا

غذای نشاسته ای، گوشت یا ماهی با کمی روغن

مایع مناسب است.

عنوان	تغذیه در بیماری های اطفال
کد	QM.SH.PA.36.00
تهیه کننده	میترا امامی
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
منبع	کتاب کراوس ۲۰۱۷
ناظر کیفی	مهدیه اباذری (سوپروایزر آموزشی)