

محلول الإماهة

محلول الإماهة يمكن أن يساعد في تعويض السوائل المفقودة بسبب الإسهال

كيف تحضر محلول الإماهة منزلياً؟



حرك المزيج واحفظه بوعاء نظيف

نصف ملعقة صغيرة ملح الطعام

6 ملاعق صغيرة من السكر

لتر واحد من الماء النظيف

ما الكمية الموصى بها؟

تختلف الكمية الموصى بها حسب عمر المصاب بالإسهال

طفل أقل من سنتين:

100-50 مل (ربع إلى نصف كوب) بعد كل تبرز، أي ما يعادل نصف لتر يومياً

طفل بين 2 و 9 سنوات:

100-200 مل بعد كل تبرز، أي ما يصل إلى لتر واحد في اليوم.

عمر 10 سنوات فأكثر:

2 لتر تقريباً في اليوم.

أعراض الكوليرا



العطش الشديد

الجفاف

الغثيان والقيء

الإسهال



تقلصات مؤلمة في الأطراف
أو البطن أو الصدر

الوقاية من الكوليرا



جمع القمامة
في أكياس مغلقة
وتركها في المكان
المخصص لها



شرب المياه المُعقمة



غسل اليدين
بالماء والصابون
وخاصة قبل
إعداد الطعام



غسل الفواكه والخضروات
قبل أكلها وطبخ الطعام جيداً

علاج الكوليرا



تعويض السوائل والأملاح المفقودة
وشرب كميات كبيرة من السوائل
مصحوبة بمحلول الإرواء الفموي



قد تتطلب الحالات الشديدة
حقنها بالسوائل عن طريق الوريد