

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Zahret Al Tahrir
DATE:	6-August-2015
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	20,000
TITLE :	Vomiting...Diagnosis and Treatment
PAGE:	15
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

القيء.. التشخيص والعلاج



يعتبر القيء استجابة تجاه حالات معينة، أي أنها رد فعل الجسم تجاه بعض التغيرات الطارئة، وقد يكون عرضاً مترافقاً مع بعض الأمراض والاضطرابات الهضمية. ولكن بشكل عام يمكن علاج القيء بشكل سريع دون الحاجة للكثير من الماء. يعتبر القيء عملية رد فعل يقوم من خلالها الجسم بطرد لكل محتويات المعدة، من خلال تقلص أو انقباض عضلات المعدة، وبذلك يساعد القيء على التخلص من السموم في المعدة.

أسباب القيء
يمكن أن يكون القيء لأسباب متعددة، منها:

- القيء عند الحوامل، وهو ناتج عن التغيرات الهرمونية.
- وقد يكون القيء ناتجاً أيضاً عن الصداغ النصفي.
- بعض المكروبات والفيروسات في المعدة.
- الانتقونزا.
- التسمم الغذائي.
- التهاب المعدة الحاد.
- انسداد الأمعاء.
- الاضطرابات الهضمية.
- القرحة.
- سرطان المعدة.
- الفشل الكلوي.
- الكوليرا.

علاج القيء منزلياً
لعلاج مشكلة القيء، هناك حلولاً منزلية عديدة، منها الوصفات المفيدة التالية:

١- قومي بإعداد كوب من شاي الزنجبيل، قومي بقلّي الزنجبيل وأضيفي له ملعقة من العسل وحين من الهيل بعد طحنها، وستجدين أن هذه الوصفة فعالة بإذن الله.

٢- أعدي كأساً من عصير الليمون البارد المضاف إليه ملعقة صغيرة من شراب النعناع والزنجبيل والعسل. وستشده هذه الوصفة القيء بشكل جيد.

٣- تناولي ملعقة صغيرة من عصير الليمون، لا تستغربي من هذه الوصفة ولكنها فعالة كالوصفات السابقة، قوميمصو نصف بصلة لتحصيلي على ملعقة صغيرة من عصير البصل، واشربيه.

٤- قومي برش كوب من الكولا المثلجة ببطن وخلال فترات منتظمة، وقد يساعدك هذا في تهدئة القيء بشكل جيد.

بعد علاج القيء
بعد علاج القيء حاولي أن لا تتناولي أي طعام صلب فترة ١٢ ساعة، وخلال هذه الساعات الـ ١٢ حاولي أنتناولي بعض السوائل فقط مثل عصير التفاح، مع ضرورة تجنب تناول عصير الليمون ومشروبات الألبان لمدة ٢٤ ساعة. يفضل أيضاً تناول عصير الفاكهة المعد من البطيخ الأحمر أو الأصفر، وذلك لاحتوائهما على كمية كبيرة من الماء.

بعد ٢٤ ساعة يمكن البدء تدريجياً بتناول الموز، التفاح بعد نزع قشرته، البطاطس المسلوقة، الرز المسلوق وغيرها.

