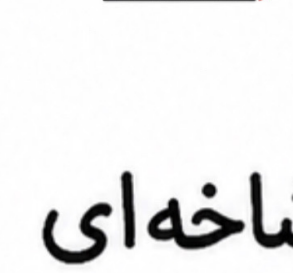


مبانی طب کودکان

@med_skills

@med_skill



۱. تعریف



پزشکی کودکان شاخه‌ای از پزشکی است که به مراقبت‌های پزشکی از نوزادان، کودکان و نوجوانان (۰ تا ۱۸ سال) می‌پردازد.



کانال تلگرام: @med_skills

۲. گروه‌های سنی

سن	گروه سنی
۰ تا ۲۸ روز	۱. نوزاد
۲۸ روز تا ۱ سال	۲. شیرخوار
۱ تا ۳ سال	۳. نوپا
۳ تا ۶ سال	۴. پیش‌دبستانی
۶ تا ۱۲ سال	۵. سن مدرسه
۱۲ تا ۱۸ سال	۶. نوجوان

MEDSKILL
www.Med-skill.com

۳. پارامترهای طبیعی علائم حیاتی

پارامتر	محدوده طبیعی
۱. دما	۳۶,۵ تا ۳۷,۵ درجه سانتی‌گراد
۲. ضربان قلب (تعداد ضربان در دقیقه)	• نوزاد: ۱۲۰ تا ۱۶۰ • کودک: ۸۰ تا ۱۲۰
۳. تعداد تنفس (تعداد تنفس در دقیقه)	• نوزاد: ۴۰ تا ۶۰ • کودک: ۲۰ تا ۳۰
۴. فشار خون (mmHg)	• ۱ تا ۱۰ سال: ۹۰-۱۱۰ / ۶۰-۷۰ • بالای ۱۰ سال: ۱۰۰-۱۲۰ / ۶۰-۸۰



۴. رشد و تکامل



• ارزیابی می‌شود با:

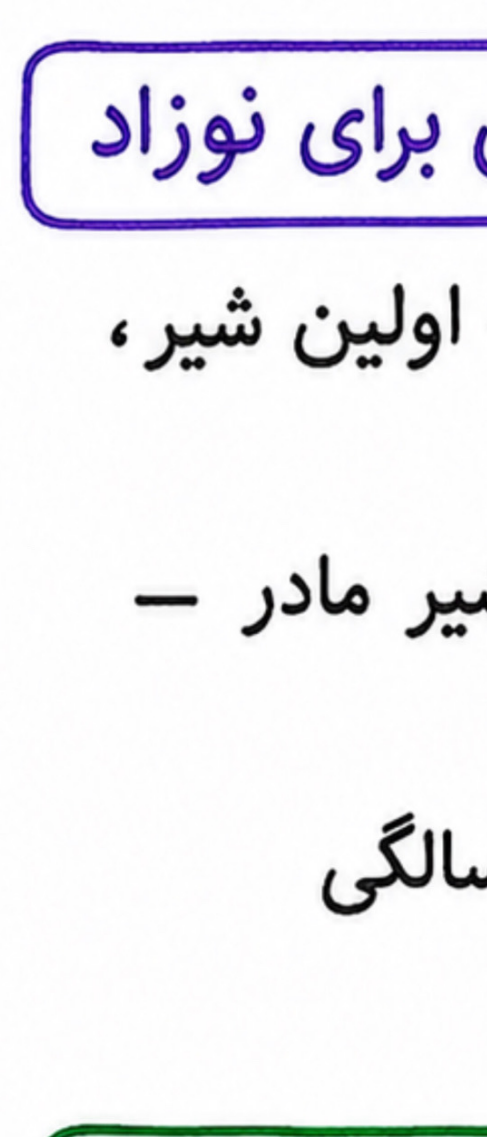
- ۱. وزن
- ۲. قد / طول بدن
- ۳. دور سر
- ۴. نقاط عطف تکاملی

• از نمودارهای رشد WHO استفاده کنید.

• اصول:

- ✓ سفالوکودال (Cephalocaudal) ← از سر تا پا
- ✓ پروگزیمودیستال (Proximodistal) ← از مرکز به محیط
- ✓ از کلی به اختصاصی
- ✓ پیوسته و منظم

کانال تلگرام: @med_skills



MEDSKILL
www.Med-skill.com

نکات کلیدی

- ✓ کودک یک بزرگسال کوچک نیست.
- ✓ گرفتن شرح حال از مراقب کودک مهم است.
- ✓ پایش رشد بخشی از هر ویزیت است.
- ✓ واکسناسیون بهترین روش پیشگیری است.

پیج اینستاگرام: @med_skill

MEDSKILL
www.Med-skill.com

۵. تغذیه



شیر مادر – بهترین برای نوزاد

- آغاز (Colostrum) – اولین شیر، غنی از آنتی‌بادی‌ها
- تغذیه انحصاری با شیر مادر – از ۰ تا ۶ ماهگی
- ادامه شیردهی تا ۲ سالگی همراه با غذای کمکی



تغذیه تکمیلی – شروع از ۶ ماهگی

- شروع با غذای نیمه‌جامد ← غلیظ ← غذای خانواده
- ادامه شیردهی
- ۳ تا ۵ وعده غذایی در روز + ۲ میان‌وعده

نیازهای تغذیه‌ای

- انرژی، پروتئین، چربی، کربوهیدرات
- ویتامین‌ها (A, D, C, K) و مواد معدنی
- آهن، کلسیم، روی، ید



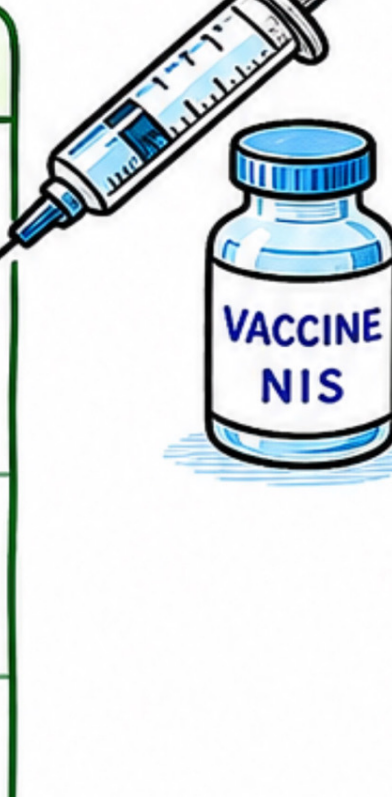
پیج اینستاگرام: @med_skill

کانال تلگرام: @med_skills

MEDSKILL
www.Med-skill.com

۶. واکسناسیون (NIS)

سن	واکسن
• هنگام تولد	BCG, OPV-0, Hep B (دوز بدو تولد)
• ۶ هفته‌گی	Pentavalent-1, OPV-1, IPV-1, Rotavirus-1, PCV-1
• ۱۰ هفته‌گی	Pentavalent-2, OPV-2, Rotavirus-2, PCV-2
• ۱۴ هفته‌گی	Pentavalent-3, OPV-3, IPV-2, Rotavirus-3, PCV-3
• ۹ ماهگی	MR-1, JE-1, Vit A (دوز اول)
• ۱۶ تا ۲۴ ماهگی	DPT Booster-1, OPV Booster, MR-2, JE-2, Vit A (دوز دوم)
• ۵ تا ۶ سالگی	DPT Booster-2
• ۱۰ سالگی	Td
• ۱۶ سالگی	Td



۷. نگهداری مایعات و الکترولیت‌ها

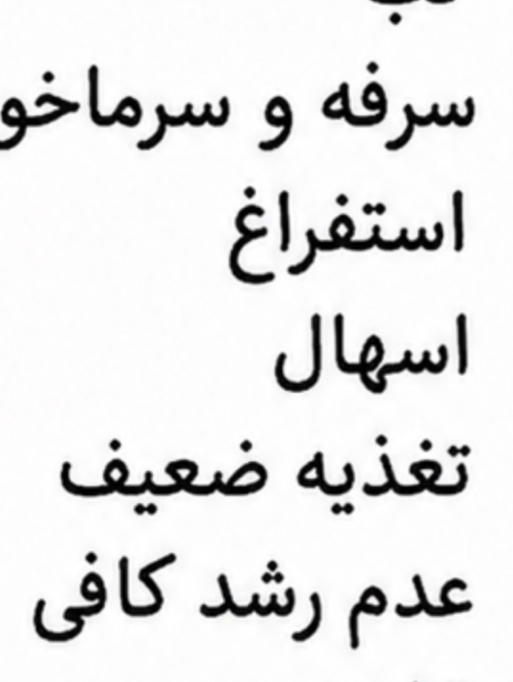
مایعات نگهدارنده (روش Holliday-Segar)

- برای ۱۰ کیلوگرم اول: 100 mL/kg
- برای ۱۰ کیلوگرم بعدی: 50 mL/kg +
- به‌ازای هر کیلوگرم بیشتر از ۲۰ کیلوگرم: 20 mL/kg +



اسهال پایدار – پلن B (WHO)

- 75 mL/kg طی ۴ ساعت
- ادامه تغذیه + مکمل روی (10-20 mg/day)

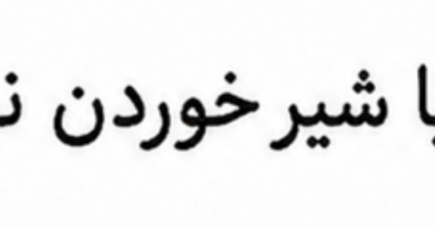


پیج اینستاگرام: @med_skill

کانال تلگرام: @med_skills

MEDSKILL
www.Med-skill.com

۸. شکایات شایع در کودکان



- تب
- سرفه و سرماخوردگی
- استفراغ
- اسهال
- تغذیه ضعیف
- عدم رشد کافی
- تشنج
- تنگی نفس

علائم خطر (وجود هر یک از این موارد ← ارجاع)

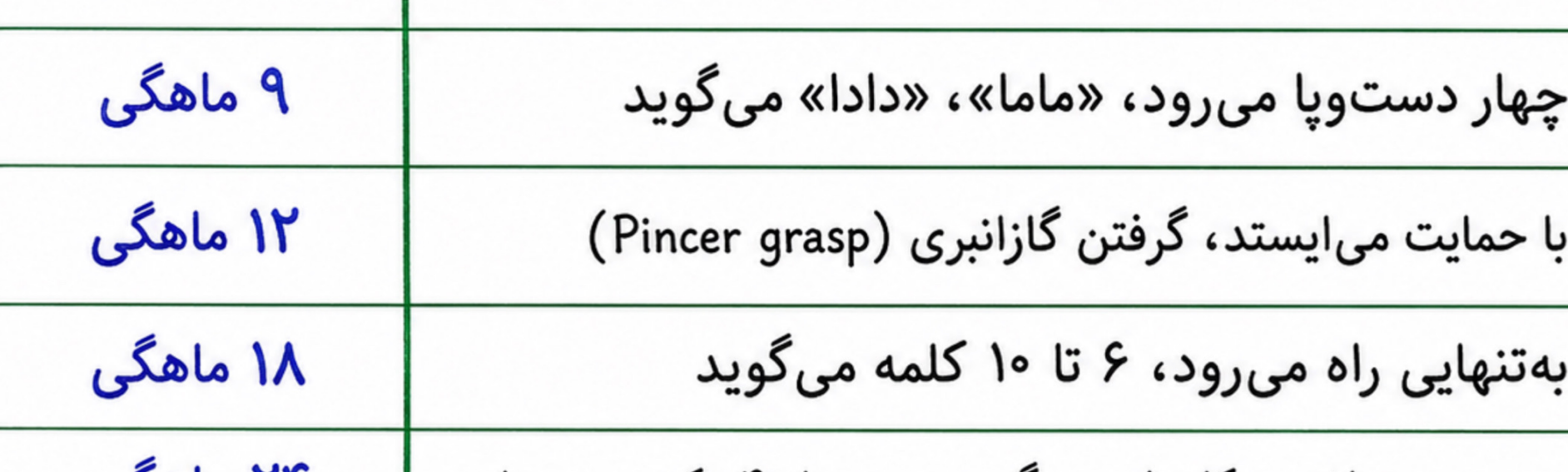
- قادر به نوشیدن یا شیر خوردن نیست
- استفراغ همه‌چیز
- بی‌حالی / بیهوشی
- تشنج
- تنفس سریع / فرورفتگی قفسه سینه
- کم‌آبی شدید
- تب بالا که به داروها پاسخ نمی‌دهد

پیج اینستاگرام: @med_skill

کانال تلگرام: @med_skills

MEDSKILL
www.Med-skill.com

۹. نقاط عطف تکاملی



سن	نقاط عطف تکاملی
۳ ماهگی	• لبخند می‌زند، چهره را دنبال می‌کند، سر را بالا می‌آورد
۶ ماهگی	• بدون حمایت می‌نشیند، اشیاء را از یک دست به دست دیگر منتقل می‌کند
۹ ماهگی	• چهار دست‌وپا می‌رود، «ماما»، «دادا» می‌گوید
۱۲ ماهگی	• با حمایت می‌ایستد، گرفتن گازانبری (Pincer grasp)
۱۸ ماهگی	• به‌تنهایی راه می‌رود، ۶ تا ۱۰ کلمه می‌گوید
۲۴ ماهگی	• می‌دود، جملات دوکلمه‌ای می‌گوید، برجی از ۴ مکعب می‌سازد

۱۰. مراقبت از نوجوانان (۱۲ تا ۱۸ سال)



- رشد جسمی، عاطفی و اجتماعی
- تغذیه: رژیم غذایی متعادل، پیشگیری از کم‌خونی
- بهداشت قاعدگی در دختران
- مشاوره: سلامت روان، سوءمصرف مواد، سلامت جنسی
- ترویج عادات سالم و ایمن‌سازی

کانال تلگرام: @med_skills



به یاد داشته باشید!

MEDSKILL
www.Med-skill.com

- ✓ پیشگیری بهتر از درمان است.
- ✓ تشخیص زودهنگام جان انسان‌ها را نجات می‌دهد.
- ✓ مراقبت خانواده‌محور ضروری است.
- رشد = سلامت



پیج اینستاگرام: @med_skill