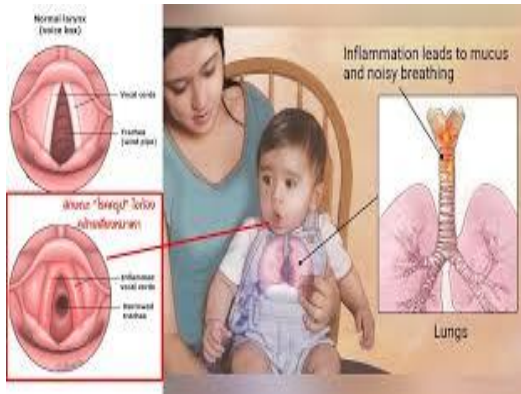




بیمارستان رستمانی پارسیان

## کروپ یا خروسک



### شناسنامه بروشور آموزشی

عنوان	کروپ
تهیه کننده	سمیره خداداد
تایید کننده	کمیته آموزش به بیمار
سال تهیه	مرداد 1404
ناظر کیفی	سوپروایزر آموزش سلامت
تایید کننده علمی	دکتر رحمانیا متخصص اطفال

## غذای مناسب برای خروسک کودکان

برای کودکان مبتلا به این بیماری، تغذیه مناسب بسیار مهم است. آنها باید مایعات کافی مصرف کنند، زیرا نوشیدن آب، چای، آب میوه و سوپ گرم به تسکین علائم و جلوگیری از کم‌آبی کمک می‌کند. غذاهای نرم و آسان هضم مانند سوپ، پوره، عصاره میوه‌ها و ماست، گزینه‌های خوبی برای این کودکان هستند. علاوه بر این، سبزی‌ها، میوه‌ها و غلات کامل که حاوی فیبر هستند، به تنظیم عملکرد روده و بهبود هضم کمک می‌کنند.

## پرهیز غذایی خروسک

غذاهای تند و ادویه‌دار ممکن است منجر به تحریک بیشتر گلو و تشدید درد و سوزش شوند، بنابراین باید از مصرف آنها پرهیز کنید. همچنین، غذاهای سخت و خشک مانند غلات، نان سفت و خشکبار می‌توانند به علت تحریک گلو و مشکل در بلع، باعث وخامت علائم شوند. از طرفی، چربی‌های موجود در غذاهای چرب و سرخ شده ممکن است منجر به افزایش ترشح موکوس و مشکلات گوارشی شده و بهتر است از غذاهای آب‌پز، بخارپز یا کبابی استفاده شود. همچنین، مواد غذایی اسیدی مانند سرکه، گوجه‌فرنگی، لیمو و مرکبات باعث تحریک گلو و تشدید درد شده و باید از مصرف آنها پرهیز شود.

## راه‌های پیشگیری از خروسک

رعایت بهداشت و نظافت-پرهیز از تماس با افراد مبتلا به سرماخوردگی و آنفلوآنزا-تقویت سیستم ایمنی بدن با مصرف غذاهای سالم و ویتامین‌های مورد نیاز-ورزش منظم و داشتن استراحت کافی



## راه‌های درمان خروسک

برای درمان بیماری خروسک (کروپ)، پزشکان از رویکردهای مختلفی استفاده می‌کنند. اقدامات درمانی رایج برای مدیریت خروسک عبارتند از:

- استفاده از داروهای استروئیدی مانند دگزامتازون
- داروهای ضد اسپاسم □ آنتی‌بیوتیک برای درمان عفونت‌های ثانویه □ درمان تنفسی و استنشاق بخار آب گرم □ استفاده از اکسیژن در صورت کاهش اشباع اکسیژن خون □ استراحت کامل و مصرف مایعات فراوان □ شناسایی و کنترل عوامل محرک مانند آلرژی و عفونت‌های ویروسی □ واکسیناسیون فصلی برای پیشگیری از بیماری‌های ویروسی تنفسی

## کروپ یا خروسک چیست؟

کروپ عارضه ای است که عامل آن عفونت ویروسی می باشد. ویروس منجر به تورم به حنجره و نای می شود در نتیجه تنفس دشوارتر می شود. کودکان مبتلا به کروپ (خروسک) سرفه ای خشن شبیه پارس سگ و خس خس سینه دارند

## آیا خروسک واگیر دارد؟

طبیعی است که نگرانی برای انتقال این بیماری جزء اولین مسائلی است که باید به آن بپردازیم. در پاسخ به این سوال هم باید بگوییم که بله خروسک واگیردار است

از آنجایی که خروسک بسیار مسری است، مهم است که کودکان مبتلا به آن، از دیگران دور نگه داشته شوند. همه کودکانی که در معرض ویروس آن قرار دارند به خروسک مبتلا نمی شوند. با این حال، یکی از شایع ترین بیماری های تنفسی در کودکان خردسال از سن ۶ ماه تا ۵ سال است.

## علائم خروسک:

علائم اصلی این بیماری عبارتند از:

□ سرفه های پارس مانند: این سرفه ها صدایی شبیه به شیر دریایی یا فوک دارند

□ صدای زیر و شبیه خس خس هنگام دم

□ گرفتگی صدا □ تنفس دشوار به خصوص در شب

□ تب □ کهیر □ خشکی چشم □ تورم غدد لنفاوی

علائم کروپ متوسط تا شدید عبارتند از:

□ تنگی نفس □ بی قراری یا عصبی شدن □ جمع شدن پوست اطراف دنده ها □ کبود شدن پوست



## راه های تشخیص خروسک

**توضیحات**  
پزشک با مشاهده و گوش دادن به صدای خشن، سرفه های مکرر و مشکلات بلع، علائم خروسک را ارزیابی می کند. این علائم می توانند نشان دهنده التهاب در مجاری تنفسی باشند.

**روش تشخیص**  
معاینه فیزیکی و بررسی علائم

بررسی نحوه تنفس و وجود هرگونه گرفتگی یا خسونت صدا به پزشک کمک می کند تا میزان تنگی مجاری تنفسی را تشخیص دهد و به شناسایی شدت خروسک بپردازد.

بررسی وضعیت تنفس و گرفتگی صدا

تصویربرداری با استفاده از رادیوگرافی می تواند به پزشک کمک کند تا مشکلات ساختاری و انسداد مجاری تنفسی را که ممکن است عامل خروسک باشند، شناسایی سینه کند.

رادیوگرافی گردن و قفسه

اندازه گیری میزان اکسیژن موجود در خون با استفاده از دستگاه پالس اکسیمتر به پزشک کمک می کند تا ارزیابی کند که آیا کاهش اکسیژن در خون وجود دارد یا خیر.

اندازه گیری

اندازه گیری جریان هوای ورودی و خروجی از ریه ها با استفاده از ابزارهایی مانند اسپیرومتر به تشخیص میزان انسداد در مجاری تنفسی کمک می کند.

اندازه گیری جریان هوا