



PATIENT
EDUCATION

CHILDREN'S HEALTH: Nausea and Vomiting

Disclaimer: people in the picture are models.

patienteducation@aub.edu.lb

www.aubmc.org



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

Our lives are dedicated to yours

What should I know about nausea and vomiting?

- Nausea and vomiting are common side effects of chemotherapy and radiation.
- Sometimes, the idea of chemotherapy or radiation alone is enough to cause nausea or vomiting, especially in teens and older children.
- Nausea and vomiting might make your child feel uncomfortable, decrease his/her food intake, and might lead to dehydration.
- There are many medications to help avoid these symptoms before your child starts chemotherapy or radiation, and to treat these symptoms when they happen. Some of these medications might cause drowsiness as a side effect.

How can I decrease my child's nausea and vomiting?

Do's:

- Make sure to discuss the right medication for your child and its possible side effects with your child's nurse and doctor.
- Give your child small and frequent meals or snacks. Breakfast is the most tolerated meal, and you can give it to your child at any time during the day.
- Rinse your child's mouth before and after each meal. Rinse his/her mouth after each vomiting episode as well to prevent tooth decay and mouth irritation.
- Make sure that the room your child eats in has adequate ventilation, and is free from cooking smells or cigarette smoke.
- Give your child dry food items such as toast, cereals, crackers, rice, and biscuits.
- Give your child food items that are cold or at room temperature, and ones that do not have a strong odor.
- Give your child cool clear refreshing fluids between meals. Let your child drink as much as possible to avoid dehydration (especially when nausea and vomiting are severe).
- Let your child eat and drink slowly. Do not force him/her to eat.

Don'ts:

- Don't give your child foods that are fried, greasy, very sweet, hot, or spicy.
- Don't feed your child directly before treatment if nausea occurs then.
- Don't give your child his/her favorite foods when he/she has nausea or vomiting, so that he/she doesn't associate it with the symptoms later on.
- Don't dress your child in tight clothes.
- Don't let your child lay down directly after eating. Keep his/her head elevated for at least one hour.

When to call my child's doctor?

Call your child's doctor if your child:

- has severe nausea and vomiting lasting for more than a few hours.
- is febrile (temperature 38°C or above).
- has blood in his/her vomit or if the vomit looks like coffee grounds.
- has a severe headache.
- has a stiff neck.
- feels tired.
- looks confused.
- does not look alert.
- has severe abdominal pain or chest pain.
- has diarrhea.
- has very fast breathing or a fast heart rate.

For any questions or concerns, please call the doctor in charge or the clinic.
Clinic: 01-350000 / ext 8107, 8108 from 8:30 am – 4:30 pm
Doctor in charge: 71-40 50 70 after 4:30 pm
We are here to answer all your questions.

This educational material provides general information only.
It does not constitute medical advice. Consult your health care provider to determine whether the information applies to you.

ما يجب تفاديه:

- لا تعطي إبنك/إبنتك أصناف الأطعمة المقلية، أو الغنية بالدهون والسكر، أو تلك الحارة، أو الغنية بالحر والتوابل.
- لا تطعم إبنك/إبنتك مباشرة قبل العلاج، في حال حدوث الغثيان حينذاك.
- لا تطعم إبنك/إبنتك أصناف الطعام المفضلة لديه لدى التقيؤ أو الغثيان، لكي لا يربط طعمها بهذين العارضين.
- لا تلبس إبنك/إبنتك ملابس ضيقة.
- لا تدع إبنك/إبنتك يستلقي بعد تناول الطعام مباشرة. أبق رأسه مرفوعاً لمدة ساعة على الأقل بعد تناوله الطعام.

متى يجب الإتصال بطبيب إبنك/إبنتك؟

إتصل بالطبيب إذا كان إبنك/إبنتك:

- يعاني غثياناً وتقيؤاً شديدين لمدة تفوق بضع ساعات.
- يعاني ارتفاعاً في الحرارة (حرارة تقارب 38°C وما فوق).
- لديه دم في القيء أو إذا كان لون القيء يشبه القهوة.
- يعاني ألماً شديداً في الرأس.
- يعاني تجمداً في الرقبة.
- يشعر بالتعب.
- يبدو مشوشاً.
- يبدو فاقد الإنتباه.
- يعاني ألماً شديداً في البطن أو في الصدر.
- لديه إسهال.
- يتنفس بوتيرة سريعة أو تتسارع دقات قلبه.

الرجاء الإتصال بالطبيب المسؤول أو بالعيادة.
العيادة: 01-350000 الرقم الداخلي 8107 أو 8108 من الساعة 8:30 صباحاً حتى 4:30 مساءً.
الطبيب المسؤول: 71-405070 بعد الساعة 4:30 مساءً.
نحن حاضرون للإجابة على كافة أسئلتكم.

يحتوي هذا المستند على معلومات عامة لا تشكّل نصائح طبية بأي شكل من الأشكال. إستشر المسؤول عن رعايتك الصحية لمعرفة ما إذا كانت المعلومات الواردة هنا تنطبق عليك.

ما المعلومات التي يجب أن أعرفها عن الغثيان والتقيؤ؟

- إن الغثيان والتقيؤ عارضان جانبيان شائعان للعلاج الكيميائي والعلاج بالأشعة.
- قد يكون مجرد التفكير بالأشعة والعلاج الكيميائي عامل رئيسي للغثيان والتقيؤ في بعض الأحيان، وخاصة عند المراهقين والأطفال الأكبر سنًا.
- قد يسبب الغثيان والتقيؤ الإزعاج لإبنك/إبنتك، كما قد يقللان من كمية الطعام التي يتناولها، ويؤديان إلى جفاف الجسم.
- هنالك عدة أصناف من الأدوية تساعد على تجنب هذين العارضين قبل بدء إبنك/إبنتك بالعلاج الكيميائي أو بالأشعة، وكذلك لمعالجتهما لدى حدوثهما. قد تتسبب بعض هذه الأدوية بالنعاس كعارض جانبي.

كيف يمكنني التخفيف من الغثيان والتقيؤ لدى إبنك/إبنتك؟

ما يجب فعله:

- إحرص على مناقشة الدواء الصحيح الذي يجب إعطائه لإبنك/إبنتك وأعراضه الجانبية المحتملة مع الممرض والطبيب.
- إمنح إبنك/إبنتك وجبات صغيرة ومتكررة أو وجبات خفيفة. بإمكانك إعطائه وجبة مشابهة لوجبة الفطور في أي وقت من النهار إذ انها الوقعة الأكثر قبولًا.
- إغسل فم إبنك/إبنتك قبل وبعد كل وجبة. وكذلك بعد التقيؤ، منعًا لتسوس الأسنان وتهيج الفم.
- إحرص على أن تكون الغرفة التي يتناول فيها إبنك/إبنتك الطعام جيدة التهوية، وأن تكون خالية من روائح الطعام أو دخان السجائر والأرجيلة.
- دع إبنك/إبنتك يتناول أصناف طعام جافة، كالتوست (الخبز المحمص)، والحبوب، ورقائق البسكويت المحمصة، والأرز، والبسكويت.
- إمنح إبنك/إبنتك أصناف طعام باردة، أو معتدلة الحرارة، واختر تلك التي لا تفوح منها رائحة قوية.
- إمنح إبنك/إبنتك سوائل باردة وصافية ومنعشة بين الوجبات. دعه يشرب قدر المستطاع تفاديًا لنقص السوائل من الجسم والتعرض للجفاف (بخاصة في حالتي الغثيان والتقيؤ الشديتين).
- دع إبنك/إبنتك يشرب ويأكل ببطء وروية، ولا تجبره على الطعام.



إرشادات
للمرضى

Disclaimer: people in the picture are models.

صحة الأطفال: الغثيان والتقيؤ

www.aubmc.org

patienteducation@aub.edu.lb



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

كلنا سلامة صحّكم

