

تأمین آب و الکترولیت‌ها در اسهال کودکان (روش‌های قدیمی)

بزرگ‌ترین کشفی که در دهه‌های اخیر در عرصه پزشکی اتفاق افتاده و از میلیون‌ها مرگ کودکان به روش ساده پیش‌گیری کرده است، کشف این واقعیت علمی است که با اضافه کردن گلوکز به مایعی که در آن املاح سدیم وجود دارد، جذب سدیم را افزایش می‌دهد و بر همین مبنا توانسته‌اند O.R.S را بسازند. O.R.S پودری است با فرمول ۲۰ گرم گلوکز، ۵/۳ گرم نمک طعام، ۵/۲ گرم جوش شیرین و ۵/۱ گرم کلرور پتاسیم که در یک لیتر آب حل می‌کنند و تدریجاً به کودکان دچار اسهال با هر منشأی (حتی برای بزرگسالان نیز قابل استفاده است) می‌خورانند. این مایع با طعم شور و شیرین، مزه مطلوبی ندارد بخصوص اگر آب آن گرم یا نیم‌گرم باشد. به هر حال این ماده و این مایع حیات‌بخش است و هر سال از میلیون‌ها مرگ کودکان در اثر اسهال جلوگیری می‌کند.

پیش از کشف ماده مورد اشاره، در قدیم برخی پزشکان و خانواده‌ها به اطفال اسهالی لیموناد می‌دادند و نتیجه نسبتاً خوب می‌گرفتند زیرا لیمونادهای قدیم این‌گونه درست می‌شد، در شیشه‌ها شربت قند و غالباً شربت‌هایی مثلاً شربت آلبالو، آبلیمو و نظایر آن می‌ریختند و به این شربت جوهرلیمو (اسید سیتریک) اضافه می‌کردند سپس به این مایع کمی جوش شیرین (بی کربنات سدیم) می‌افزودند. جوش شیرین در کنار اسید سیتریک تجزیه می‌شد و گاز CO₂ ایجاد می‌شود. با توجه به اینکه طشتک محکمی بر دهانه شیشه قرار داده بودند، گاز CO₂ در شیشه

می ماند و شربت مطبوع و گزنده‌ای به نام لیموناد با رنگ‌ها و عطرهاى مختلف در دسترس قرار می‌گرفت و آن را بصورت خنک میل می‌کردند. چنان‌که ملاحظه می‌شود در این شربت هم قند وجود داشت (هم ساکاروز و مقداری هم ساکارز تجزیه شده به گلوکز و فروکتوز تحت تأثیر اسید موجود در عصاره میوه یا همین اسید سیتریکی که داخل شیشه ریخته بودند) و هم آب و هم نمک یعنی چیزی که جذب سدیم از آن آسان بود. بعدها که انواع نوشابه جایگزین لیموناد شده دیگر تجویز نوشابه آن اثر را نداشت زیرا گاز موجود در نوشابه جداگانه با سوزاندن مواد سوختنی بخصوص گازوئیل تهیه می‌شود و به آب سرد تزریق می‌شود لذا نوشابه‌های فعلی (غیر از نوشابه‌های دارای قند مصنوعی نظیر سیکلامات، ساخارین، دولسین، اسپارتام و غیره) اگرچه آب و قند دارند اما نمک ندارند. البته با ریختن نمک در نوشابه خنک می‌توان چیزی شبیه لیمونادهای سابق را ایجاد کرد (ریختن نمک به لحاظ قابلیت انحلال بیشتر از CO_2 در آب سبب خروج مقدار زیادی از گاز نوشابه می‌شود). قبل از کشف و ساخت و توزیع وسیع O.R.S اینجانب در کتاب بهداشت تغذیه (سال ۱۳۵۹) فرمولی را برای درمان اسهال کودکان نوشته بودم که هنوز هم کارآیی دارد و کودکان غالباً راحت‌تر از O.R.S آن را میل می‌کنند. ۴۰۰ تا ۵۰۰ گرم هویج را رنده کنید و در دیگ آبی به مدت ۵/۱ ساعت بجوشانید (در دیگ زودپز شاید نیم ساعت کافی باشد) سپس آنرا صاف کنید و به صاف کرده ^۲ یک قاشق چایخوری (حدود ۳ گرم) نمک طعام اضافه کنید و حجم این ^۳ مایع را با آب جوشیده به یک لیتر برسانید و به کودکان و حتی بزرگسالان آن را به تدریج بخورانید. در این مایع علاوه بر آب، نمک طعام، گلوکز و قندهای دیگر، مقداری پکتین هم وجود دارد که حرکات روده‌ای را کند می‌کند و به درمان سریع‌تر و آسان‌تر اسهال کمک می‌کند. لازم به ذکر است که برخی روش‌های درمانی سنتی مثل تجویز سنجد و مواد قابض به تنهایی برای درمان صحیح اسهال و تأمین آب و الکترولیت کافی نیستند.