

تومور ویلمز

برگه اطلاعاتی مراقبت‌کننده

کمک به فرزندان برای غذا خوردن در طول درمان



برگه اطلاعاتی مراقبت‌کننده: کمک به فرزندان برای غذا خوردن در طول درمان

چرا غذا خوردن در حال حاضر اهمیت دارد...

غذا کمک می‌کند به:

- حفظ قدرت بدن؛
- کمک به بدن برای تحمل درمان؛
- کاهش عوارض؛
- حمایت از بهبودی.

نکته: حتی مقدار کمی غذا و نوشیدنی هم واقعاً اهمیت دارد.

هدف: «ساده نگه داشتن کار»

نیازی به رژیم غذایی کامل و بی‌نقص نیست.

روی این موارد تمرکز کنید:

- اینکه چیزی بخورد؛
- ارائه غذا به‌طور مکرر؛
- راحت نگه داشتن فرزندان.

نکته: خوردن هر چیزی همیشه بهتر از نخوردن است.

چگونه به فرزندان غذا بدهید...

به‌جای وعده‌های غذایی بزرگ:

- هر 2 تا 3 ساعت غذا پیشنهاد دهید؛
- به میان‌وعده فکر کنید، نه وعده کامل؛
- بگذارید فرزندان هر چه دوست دارد بخورد.

گزینه‌های خوب:

- ماست؛
- نان تست با کره بادام‌زمینی؛
- تخم‌مرغ؛
- اسموتی؛
- پنیر و بیسکویت شور.

مایعات به اندازه غذا اهمیت دارند...

مایعات کمک می‌کنند به:

- محافظت از کلیه
- دفع داروهای درمانی
- پیشگیری از کم‌آبی بدن

امتحان کنید:

- آب
- شیر
- اسموتی
- سوپ

نکته: جرعه‌های کوچک در طول روز بهتر از نوشیدن مقدار زیاد یک‌باره است.

اگر کودک میل به غذا خوردن ندارد...

این بسیار رایج است.

امتحان کنید:

- غذاهای نرم (پوره، سوپ، ماست)
- غذاهای سرد (اغلب راحت‌تر از گرم است)
- غذاهای ساده (نان تست، برنج، موز)
- اسموتی یا میلک‌شیک

پرهیز کنید از:

- بوهای تند
- غذاهای تند یا چرب (اگر حالش بد است)

نکته: بگذارید فرزندان راهنمایان باشد که چه چیزی را تحمل می‌کند.

به یاد داشته باشید: بدن فرزندان سخت تلاش می‌کند تا با سرطان مبارزه کند، بهبود یابد و رشد کند.

ایمنی غذا (بسیار مهم)...

سیستم ایمنی فرزندان ممکن است ضعیف‌تر باشد.

پرهیز کنید از:

- گوشت خام یا نیم‌پز؛
- ماهی خام؛
- میوه/سبزیجات نشسته؛
- شیر غیرپاستوریزه.

همیشه:

- قبل از غذا دست‌ها را بشوید؛
- غذا را کاملاً بپزید؛

نکته‌ای برای والدین...

این کار سخت است:

بعضی روزها فرزندان خوب غذا می‌خورند. بعضی روزها نه.

این طبیعی است:

انتظار نمی‌رود کامل و بی‌نقص باشید.

مهم‌ترین نکته:

- همچنان غذا پیشنهاد دهید؛
- همچنان او را به نوشیدن تشویق کنید؛
- او را راحت نگه دارید.

نکته: شما دقیقاً همان کاری را می‌کنید که فرزندان نیاز دارد.

در این موارد با تیم درمانی تماس بگیرید:

- فرزندان 24 ساعت است چیزی نخورده؛
- به اندازه کافی نمی‌نوشد؛
- مدام استفراغ می‌کند؛
- بسیار خسته یا ضعیف به نظر می‌رسد؛
- لب‌های خشک یا نشانه‌های کم‌آبی مشاهده می‌کنید.

نکته: به غریزه خود اعتماد کنید - اگر نگران هستید، تماس بگیرید!

به یاد داشته باشید: وظیفه شما کنترل کردن غذای کودک نیست - بلکه همراهی او در این مسیر است!

شکل 1 / برگه اطلاعاتی مراقبت‌کننده (کمک به کودک برای غذا خوردن در طول درمان)

چرا اهمیت دارد	به فرزندان کمک می‌کند قوی بماند، با عفونت مبارزه کند و سریع‌تر بهبود یابد
مراقبت روزانه	وعده غذایی هر 2 ساعت، کالری + پروتئین، تشویق به نوشیدن مایعات، اجازه انتخاب غذا به کودک
در طول درمان	غذاهای نرم/سرد، پرهیز از بوهای تند، امتحان اسموتی، خوردن هر چیزی بهتر از هیچ چیز است
آبرسانی بدن	مایعات از کلیه محافظت کرده و به دفع داروهای درمانی کمک می‌کنند، جرعه‌های کوچک مکرر بدهید
ایمنی غذا	بدون غذای خام، شستن محصولات، پخت کامل، دست‌های تمیز
تماس با پزشک	24 ساعت بدون غذا، ننوشیدن، استفراغ، نشانه‌های کم‌آبی
به یاد داشته باشید	نیازی نیست کامل باشید، روی تغذیه و آرامش تمرکز کنید



Wilms Cancer Foundation (WCF)

Wilms Cancer Foundation (WCF) یک سازمان خیریه است که از نیازهای کودکان، خانواده‌ها و سازمان‌های بهداشتی درمانی که تحت تأثیر سرطان کلیه در کودکان (به ویژه نفروپلاستوما که معمولاً «تومور ویلمز» نامیده می‌شود) قرار دارند، حمایت و آن‌ها را نمایندگی می‌کند. مأموریت آن ایجاد یک برنامه بین‌المللی برای آگاهی‌بخشی، آموزش، حمایت‌گری، تشخیص زودهنگام، درمان و پشتیبانی برای مقابله با شیوع این بیماری است.

این راهنمای WCF فقط برای اهداف آموزشی است و بر پایه استانداردهای بین‌المللی انکولوژی کودکان در کانادا، ایالات متحده و اروپا تهیه شده است. در صورت داشتن هرگونه نگرانی یا سؤال، با یک متخصص پزشکی واجد شرایط مشورت کنید.

© **سازمان جهانی بهداشت (WHO)**. با اجازه و در همکاری با Wilms Cancer Foundation (WCF) استفاده شده است. «CureAll» بخشی از ابتکار جهانی سازمان جهانی بهداشت برای سرطان کودکان (GICC) است. سازمان جهانی بهداشت هیچ سازمان، محصول یا خدمت خاصی را تأیید نمی‌کند.