

Biegunkowy problem

Biegunka u dzieci zdarzyć się może z wielu powodów. Bagatelizować absolutnie nie wolno. Panikować też nie. Poniżej znajdziecie informacje z pierwszej ręki – Ewa Wojton, pielęgniarka środowiskowa z wieloletnim doświadczeniem radzi Wam, co z tym płynnym problemem możecie zrobić w domu lub przedszkolu.

Biegunkę u dziecka rozpoznaje się, gdy:

- dziecko oddaje większą liczbę stolców dziennie, niż zazwyczaj, stolce są wodniste lub półpłynne, zawierają śluz, krew lub ropę.

Często biegunce towarzyszą wymioty i utrzymują się przez około 1-2 dni. Ostra biegunka u dzieci najczęściej ustępuje samoistnie po 5-7 dniach.

Przyczyny choroby

Najczęstszą przyczyną biegunki u dzieci jest zakażenie wirusowe. Stąd też biegunce towarzyszą gorączka i wymioty. Choroba może się rozprzestrzeniać w domu, ale i w przedszkolu. Biegunka może też być powikłaniem leczenia antybiotykami.

Jak należy postępować z dzieckiem w domu?

Nawadnianie doustne- podawajcie dziecku płyny, dużo płynów. Nawadnianie nie leczy biegunki ani nie skraca jej czasu trwania, ale zapobiega odwodnieniu dziecka, które jest groźnym powikłaniem choroby. W czasie trwania biegunki u dziecka jego organizm traci nie tylko wodę, ale też składniki mineralne tzw. Elektrolity Oto kilka nawadniających preparatów doustnych dostępnych w aptekach. Przygotowując płyny należy postępować zgodnie z zaleceniem producenta.

1. Gastrolit- proszek do przygotowania płynu
2. Floridral- proszek do przygotowania płynu
3. Hipp ORS 200- płyn
4. Orsalit- proszek do przygotowania płynu
5. Humana elektrolit- proszek do przygotowania płynu

Oprócz preparatów nawadniających podajemy do picia czarną herbatę posłodzoną glukozą. Na 100 ml. wody 1 łyżeczka glukozy. Jako preparaty skracające czas trwania biegunki można podać Smektę i Enterol.

Ile należy podawać płynów?

- Jeżeli dziecko nie jest odwodnione- to po każdym stolcu lub wymiotach należy uzupełnić utracone płyny podając doustny płyn nawadniający w ilości 5-10 ml/kg masy ciała(dziecko, które waży mniej niż 10 kg powinno otrzymać jednorazowo 60-120 ml płynu, a dziecko o wadze powyżej 10 kg powinno otrzymać 120-240ml płynu)
- Jeżeli dziecko ma objawy lekkiego odwodnienia- należy postępować jak wyżej i **dotatkowo** w ciągu 3-4 godzin podać dziecku 50-100 ml doustnego płynu nawadniającego na każdy kilogram masy ciała tj. 10 kg-500ml płynu dotatkowo, 15 kg-750ml płynu.

Płyny nawadniające należy podawać często w małych ilościach np.1-2 łyżeczki, co 1-2 minuty, przez co unikniemy wywołania wymiotów. Dziecku, u którego występują wymioty płyny podajemy po każdym wymiotach.

Zalecenia dietetyczne

Jeżeli u dziecka nie występują objawy odwodnienia można stosować dietę zbliżoną do dotychczasowej. Dzieci z objawami lekkiego odwodnienia mogą powrócić do diety zbliżonej do dotychczasowej po przywróceniu odpowiedniego nawodnienia. Unikajcie produktów pikantnych, o dużej zawartości tłuszczu, soków owocowych, napojów gazowanych.

Nie należy stosować dużych ograniczeń dietetycznych, lub głodzić dziecka.

Nie należy podawać dzieciom NIFUROKSAZYDU i WĘGLA LECZNICZEGO(Carbo medicinalis)

NIE STOSOWAĆ CZOPKÓW PRZECIWGORĄCZKOWYCH tylko podać środki doustne.

Należy zachować szczególną **higienę** wśród domowników i innych dzieci:

- częste i dokładne mycie rąk ciepłą wodą z mydłem
- ograniczenie kontaktów z innymi dziećmi
- nie wysyłać do żłobka lub przedszkola co przez 2 dni od czasu wystąpienia biegunki.

Kiedy zgłosić się do lekarza?

Jeżeli stwierdzimy u dziecka umiarkowane lub ciężkie odwodnienie.

Objawy odwodnienia:

- senność lub nadmierne rozdrażnienie i niepokój
- znaczne osłabienie
- wyschnięty język i śluzówki jamy ustnej, brak śliny
- zmniejszona ilość oddawanego moczu
- zapadnięte gałki oczne, brak łez w czasie płaczu

Należy zwrócić się do lekarza również wtedy, gdy:

- dziecko skarży się na silny ból brzucha
- w stolcach pojawia się świeża krew
- dziecko ma wysoką gorączkę (powyżej 39 stopni Celsjusza)
- biegunka trwa dłużej niż 7 dni

Ewa Wojton, pielęgniarka środowiskowa