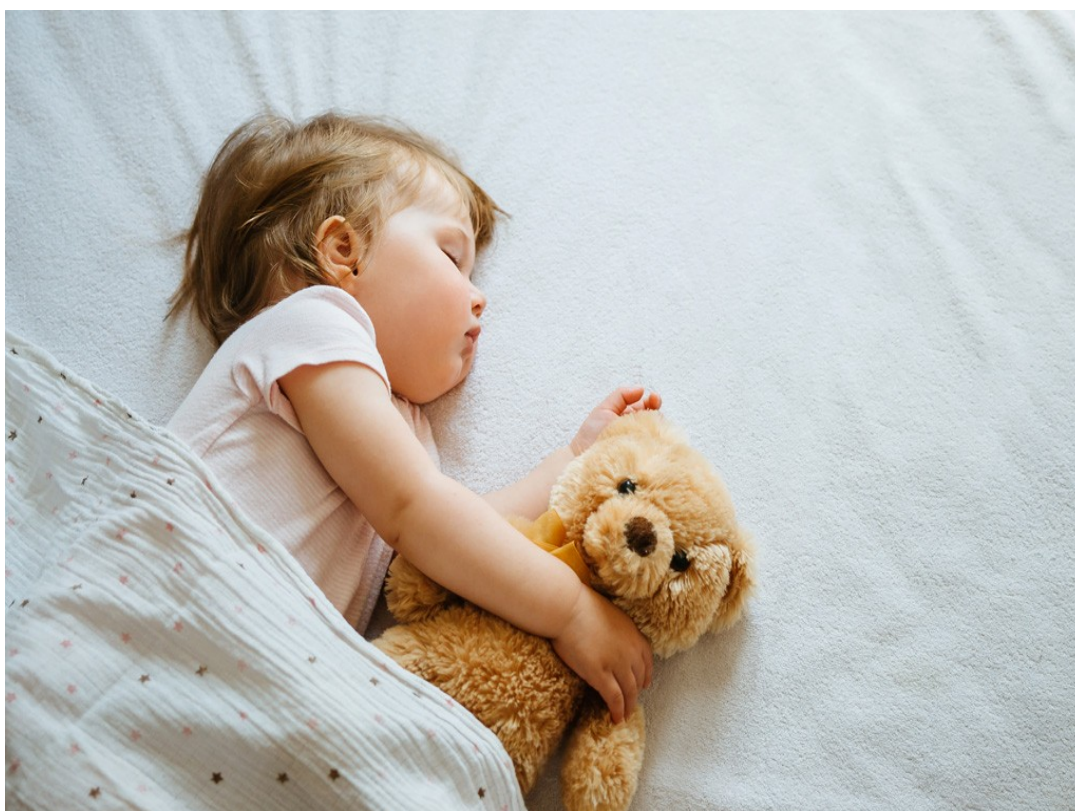


Materiały edukacyjne dla rodziców w nieżycie żołądkowo-jelitowym u dzieci



Co to jest?

Nieżyt żołądkowo-jelitowy to **ostre zapalenie żołądka i jelit**, najczęściej wywołane przez **wirusy** (np. rotawirusy, norowirusy), rzadziej bakterie lub pasożyty.

Najczęstsze objawy

- biegunka (luźne, częste stolce)
- wymioty
- ból brzucha
- nudności
- gorączka
- osłabienie, brak apetytu

U małych dzieci objawy mogą pojawić się **nagle i szybko się nasilać**.

Dlaczego to groźne?

Największym zagrożeniem jest **odwodnienie**, szczególnie u niemowląt i małych dzieci.

Objawy odwodnienia:

- suche usta i język
- brak łez podczas płaczu
- rzadkie oddawanie moczu (sucha pielucha > 6 godzin)
- senność, apatia
- zapadnięte ciemiączko (u niemowląt)

Jak postępować w domu?

Nawadnianie to podstawa!

- podawaj często małe ilości płynów
- najlepiej doustne płyny nawadniające
- karmienie piersią i mieszankami mlecznymi u niemowląt – kontynuować
- lekkostrawna dieta stosownie do wieku po ustąpieniu wymiotów

Unikaj:

- słodzonych napojów
- soków owocowych

- napojów gazowanych
- tłustych i ciężkich potraw

Kiedy zgłosić się do lekarza?

Natychmiast, jeśli:

- dziecko ma objawy odwodnienia
- wymioty są bardzo częste lub uporczywe
- w stolcu pojawia się krew
- wysoka gorączka utrzymuje się długo
- dziecko jest apatyczne lub trudno je obudzić
- choruje niemowlę

Jak zapobiegać?

- dokładne mycie rąk (po toalecie, przed jedzeniem)
- mycie owoców i warzyw
- picie bezpiecznej wody
- szczepienia ochronne (np. przeciw rotawirusom)
- dezynfekcja powierzchni przy chorobie w domu

Literatura:

1. Podręczniki pediatrii (PL i międzynarodowe)
2. „, Pediatra „,- red. W. Kawalec , R.Grenda
3. Nelson Textbook o Pediatrics
4. Narodowe Źródła Polskie- Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego
5. WHO- Światowa Organizacja Zdrowia

Opracowała: