

CHC.be

INFORMATIONS DESTINÉES AUX PARENTS
CHAQUE ENFANT EST
UN SUPER HÉROS COURAGEUX

LA GASTRO-ENTÉRITE



CHC
GROUPE SANTÉ

QU'EST-CE QU'UNE GASTRO-ENTÉRITE ?

C'est une infection touchant l'estomac et les intestins. Celle-ci est principalement causée par des virus, plus rarement par des bactéries, des parasites ou un empoisonnement alimentaire.

La complication la plus fréquente est la **déshydratation** : c'est une perte importante d'eau et de sels minéraux. Elle peut être rapide surtout chez les nouveau-nés et les jeunes enfants.



QUELS SONT LES SYMPTÔMES ?

- ~ diarrhées
- ~ nausées, vomissements et perte d'appétit
- ~ fièvre
- ~ crampes abdominales
- ~ enfant plus grognon

QUELS SONT LES SIGNES D'UNE DÉSHYDRATATION ?

- ~ perte de poids
- ~ bouche, lèvres et langue sèches
- ~ soif intense
- ~ diminution des urines
- ~ yeux cernés, absence de larmes
- ~ diminution de l'énergie, enfant plus somnolent

QUAND DOIS-JE CONSULTER ?

- ~ vomissements fréquents qui persistent malgré une réhydratation très lente
- ~ refus de votre enfant de s'hydrater
- ~ diarrhées fréquentes et très abondantes
- ~ diarrhées qui persistent plus de 7 jours
- ~ état général de votre enfant inquiétant
- ~ sang dans les vomissements, les selles ou selles noires
- ~ présence de signes de déshydratation

COMMENT PRÉVENIR LA GASTRO-ENTÉRITE ?

Celle-ci est très contagieuse. Il est essentiel de se laver très souvent les mains avec de l'eau et du savon :

- ~ avant de manipuler de la nourriture
- ~ après le changement d'une couche
- ~ après un contact avec de la diarrhée ou des vomissements



COMMENT SOIGNER MON ENFANT ?

Hydratation :

Nourrisson ou jeune enfant : privilégiez le **lait** maternel ou artificiel

- ~ lui offrir le sein plus souvent, pour de plus courtes durées
- ~ préparer le lait artificiel comme d'habitude (même concentration), offrir de plus petites quantités plus souvent



- **Si présence de vomissements ou de diarrhées très importantes :**

proposez **une solution de réhydratation orale**. Ces solutions contiennent la quantité d'eau, de sel et de sucre dont le corps de votre enfant a besoin. Elles sont mieux résorbées que d'autres liquides et aident à prévenir la déshydratation. Ces solutions sont vendues en pharmacie sous forme de poudre à mélanger à l'eau.

(Attention : faites le mélange avec précision, un mélange trop concentré ou trop dilué peut être dangereux pour votre enfant).

- **En cas de refus :**

il est alors possible de proposer d'autres boissons pour une courte durée : Aquarius®, Oasis®, bouillons maison et eau de riz. Leur composition n'est pas idéale mais peut être très utile pour les 1^{ères} heures.

Il est très important de stimuler votre enfant à boire : avec un gobelet, un biberon, une cuillère, une seringue... très fréquemment, toutes les 5-15 minutes. Débuter par de petites quantités (5ml = une cuillère à café) et augmenter lentement en fonction de la tolérance de l'enfant.

- **Si votre enfant recommence à vomir**, il faut faire une pause de 30 minutes à 1 heure puis recommencer tout doucement la réhydratation.
- **Si par contre tout est bien toléré**, vous pouvez alors reprendre progressivement l'alimentation.

Alimentation :

Aliments à favoriser :
Céréales, pains, pâtes, riz,
fruits, légumes, viandes
et produits laitiers.

La gastro-entérite dure habituellement moins d'une semaine mais les selles peuvent prendre jusqu'à 10-12 jours pour redevenir normales

CHC.be

NOUS PRENONS SOIN DE VOUS



CHC
GROUPE SANTÉ