

Mijn kind heeft diarree...

“

Beste ouders,

Uw kind heeft diarree.

In deze brochure vindt u een antwoord op de meeste vragen en ook praktische tips, opdat dit tijdelijk ongemak u geen onnodige hoofdbrekens zou bezorgen.

”



Diarree komt heel vaak voor, en dit in alle seizoenen. Meestal is er dan een golf van besmettingen en ook zuigelingen worden niet gespaard, vooral als ze veel in contact zijn met andere kinderen. Maar ook al gaat het om een veelvoorkomend probleem, we moeten er wel degelijk aandacht aan besteden.

Diarree wordt gekenmerkt door te dunne en te frequente stoelgang, die plots ontstaat. Chronische diarree daarentegen kan weken of zelfs maanden aanhouden. Die hardnekkigheid vereist grondiger onderzoek.

Hoe ontstaat deze transitstoornis?

Diarree wijst erop dat de darmen geprikkeld zijn. Daardoor worden de voedingsstoffen sneller uit het lichaam verwijderd, en hebben de darmen onvoldoende tijd om er vocht uit te absorberen.

Diarree kan vele oorzaken hebben, maar de belangrijkste zijn:

- Een darminfectie, veroorzaakt door een virus, een bacterie of een parasiet. Bij dergelijke infecties worden een groot aantal cellen van de darmwand vernietigd. Daardoor raakt de goede werking van de darm ontregeld en zo ontstaat de diarree.
- Het gebruik van bepaalde medicijnen (vb. de inname van antibiotica, overdreven gebruik van laxemiddelen).
- Voedingsintolerantie.



Is diarree gevaarlijk voor mijn kind?

Meestal is diarree onschuldig, maar het kan gevaarlijk zijn, vooral bij zuigelingen. Het is belangrijk om ervoor te zorgen dat het kind niet uitdroogt, in het bijzonder wanneer de diarree gepaard gaat met braken en koorts. Het kan zinvol zijn uw kind te wegen aan het begin van de ziekte, om een eventueel gewichtsverlies van nabij te kunnen opvolgen. In veruit de meeste gevallen is diarree gelukkig slechts een tijdelijk ongemak.

Wanneer moet ik me zorgen maken en een arts raadplegen?

De volgende tekenen wijzen op sterke uitdroging, waarbij u onmiddellijk medische hulp moet zoeken:

Droge mond en tong

Diep weggezunken ogen

Weinig of geen urineproductie meer

Het kind is abnormaal kalm of reageert niet

Huilen zonder tranen

Neem onmiddellijk contact op met een arts!



Buiten deze duidelijke tekenen van uitdroging zijn er nog een paar situaties waarin u naar de dokter moet gaan:

- *als uw kind onophoudelijk braakt, diarree heeft en niet meer drinkt;*
- *als de diarree gepaard gaat met hoge koorts (40 °C) (risico op stuipen);*
- *als er slijm en/of bloed in de ontlasting zit;*
- *als de diarree na twee dagen nog niet is verdwenen;*
- *als uw kind meer dan 2 keer per uur ontlasting heeft;*
- *als uw kind gewicht verliest.*

Hoe kan ik mijn kind dat diarree heeft vocht toedienen?

Uw eerste reflex moet zijn om uw kind direct vocht toe te dienen:

- Laat uw kind veel drinken.
- Geef u kind geen fruitsap en koolzuurhoudende dranken tot de diarree voorbij is.
- Geef uw kind de eerste uren ten minste 100 ml/kg orale rehydratievloeistof (ORS), verkrijgbaar in de apotheek. Vraag raad aan uw apotheker.
- ORS wordt best herhaaldelijk en in kleine hoeveelheden toegediend, in de fles, met een lepel of uit een kopje. U mag niets forceren!
- Als uw kind moet braken, geef de ORS dan nog vaker en in nog kleinere hoeveelheden (1 koffielepel (5ml) om de 2 à 3 minuten).
- U mag de ORS nooit mengen met melk.
- Borstvoeding mag in geen geval worden onderbroken.



Hoe kan ik voorkomen dat anderen ook diarree krijgen?

- Was uw handen regelmatig met zeep (indien mogelijk: vloeibare zeep) in warm stromend water en droog ze goed af.
- Was uw handen nadat u uw kind hebt begeleid naar het toilet, nadat u het hebt verschoond en voordat u etenswaren klaarmaakt, opdient of eet.
- Geef de badhanddoeken die uw kind gebruikt niet door aan andere kinderen.
- Het is aangeraden ten minste 48 uur te wachten na de laatste episode van diarree of braken alvorens uw kind weer naar school of de opvang te laten gaan.



Hoe voed ik mijn kind dat diarree heeft?

Het is belangrijk om het kind snel weer te voeden (binnen de zes tot acht uur na het begin van de rehydratie).

Zuigeling (0-12 maanden)

- Als u uw baby borstvoeding geeft, ga daar dan gewoon mee door.
- Als u uw baby geen borstvoeding geeft, geef dan flesvoeding in de normale concentratie.

Kinderen van 1 jaar en ouder

Geef uw kind zo snel mogelijk weer de gebruikelijke voeding. Met deze eenvoudige maatregel kunt u de duur van de diarree verminderen en de kans op een recidief beperken. De darmwand heeft voedingsstoffen nodig om zich te herstellen.

Hoe kan ik diarree behandelen?

In de meeste gevallen kan diarree in alle veiligheid thuis worden behandeld, zolang u het gewicht en de algemene toestand van uw kind maar in de gaten houdt.

Door snel te rehydrateren en weer voeding te geven moet u acute diarree het hoofd kunnen bieden.



AANDACHT

Niet alle medicijnen zijn geschikt voor elk soort diarree en voor alle leeftijdsgroepen. Sommige medicijnen die worden voorgeschreven aan volwassenen zijn ongeschikt voor kinderen en kunnen zelfs gevaarlijk zijn. Geef uw kind nooit een geneesmiddel op eigen initiatief! Volg altijd het advies van uw arts of apotheker!

Antibiotica zijn zelden nodig bij diarree.

ENTEROL[®], een doeltreffende bondgenoot

ENTEROL[®] (*Saccharomyces boulardii*) is een geneesmiddel op basis van levende gist, dat helpt bij de behandeling van acute diarree bij kinderen, ter aanvulling van orale rehydratie.

ENTEROL[®] draagt bij tot het herstel van het evenwicht in de darmen van uw kind en versnelt de genezing. ENTEROL[®] wordt goed verdragen.

U kunt de inhoud van een capsule of een zakje toevoegen aan de flesvoeding (nadat u deze eerst heeft opgewarmd) of toevoegen aan halfvaste voeding.

De aanbevolen dosis is 2  of 2  per dag, verdeeld over twee innames.



ENTEROL[®], een doordachte keuze.



Dit is een geneesmiddel. Lees aandachtig de bijsluiter en vraag raad aan uw apotheker.

Geen langdurig gebruik zonder geneeskundig advies.