



BIEGUNKA U DZIECI

O biegunce u dziecka mówimy, gdy oddaje ono **3 lub więcej płynnych stolców na dobę**. U niemowląt z ostrą biegunką mamy do czynienia, gdy niemowlę oddaje 3 lub więcej płynnych stolców na dobę przy karmieniu sztucznym i 6 lub więcej przy karmieniu piersią. Zazwyczaj stolce mają nieprawidłową konsystencję i często pojawia się w nich krew, śluz lub ropa. Inne częste objawy ostrej biegunki u dzieci i niemowląt to gorączka, ból brzucha, wymioty. W przebiegu zakażenia wirusami biegunce często towarzyszą objawy nieżytu górnych dróg oddechowych. **Biegunka u dzieci** może bardzo szybko spowodować ...

...Odwodnienie - jak je rozpoznać?

- gęsta ślina
- suche wargi, język i błona śluzowa jamy ustnej
- płacz bez łez
- apatia bądź rozdrażnienie
- mocz o ciemnym zabarwieniu (jest go bardzo mało albo nie ma wcale)
- zapadnięte oczy
- wzdęty brzuch
- szara i chłodna skóra
- nieelastyczna skóra - ujęta w dwa palce i puszczona nie wraca natychmiast na swoje miejsce
- oddechy przyspieszone i pogłębione, (tzw. oddech zgonionego psa)
- mogą pojawić się drgawki

Zapobieganie odwodnieniu

- **doustne płyny nawadniające** to najbardziej skuteczny sposób na zapobieganie odwodnienia lub przywrócenie właściwego nawodnienia oraz prawidłowej zawartości elektrolitów w organizmie dziecka. Są to woda niegazowana oraz elektrolity (sód, chlor, potas) i glukoza w precyzyjnie określonym stężeniu. Dzięki temu preparaty te są w całości przyswajane przez organizm. Płyny nawadniające można podawać dzieciom powyżej 6. miesiąca życia. Doustne płyny nawadniające należy podawać w ciągu pierwszych 3-4 godzin od wystąpienia biegunki oraz po każdym biegunkowym stolcu. Małemu dziecku można podawać do picia małymi łyżkami przegotowaną wodę czy gorzką herbatę.
- **dieta** - w początkowym okresie stosuje się tzw. dietę ścisłą, tzn. podaje się kleik ryżowy i ewentualnie suche pieczywo. Z czasem dietę można stopniowo rozszerzać. U najmłodszych dzieci rozpoczyna się łączenie mleka z kleikiem ryżowym (najpierw przewaga kleiku, stopniowa przewaga mleka). starszym

dzieciom podaje się kaszki, zupę z marchwi oraz chude, gotowane mięso drobiowe.

- **probiotyki** są stosowane w celu odnowy flory bakteryjnej u dziecka lub zapobiegania zaburzeniu jej naturalnego stanu przez wirusy i bakterie. Można zastosować mleko acydofilne, które zawiera żywe kultury bakterii probiotycznych, a regularnie pite pomaga wzmocnić odporność

Trochę statystyki...

Przyczyn biegunki u dzieci jest wiele. Do najczęstszych należą infekcje wirusowe (Rotawirusy, Caliciwirusy, Astrowirusy, Adenowirusy) bakteryjne i pasożytnicze przewodu pokarmowego. Istotnym czynnikiem sprzyjającym pojawieniu się biegunki są również zatrucia pokarmowe, przyjmowane leki.

Najbardziej powszechnymi patogenami wywołującymi biegunkę u dzieci są wirusy a wśród nich najczęstszy – rotawirus, który odpowiada za ok. 25-40 % ostrych nieżytów żołądkowo-jelitowych u dzieci. Hospitalizacje spowodowane zakażeniem rotawirusowym stanowią 5% wszystkich hospitalizacji dzieci.

Jak rozprzestrzenia się infekcja?

Czynnikiem sprzyjającym rozprzestrzenianiu się infekcji są osoby zakażone a jednocześnie skąpo objawowe lub bezobjawowe. Stężenie wydalanego przez nich wirusa może być tak niskie, że uniemożliwia jego wykrycie. Ponadto wirus jest wydalany kilka dni przed pojawieniem się objawów i kilka dni po ich ustąpieniu. Zazwyczaj nie stosuje się zaostrzonych zasad higieny przed pojawieniem się objawów, co sprzyja rozpowszechnieniu się zakażenia.

Pierwsze objawy infekcji pojawiają się już po **12 godzinach od zakażenia**.

Jak możemy jej zapobiegać?

- **częste mycie rąk**
- zachowanie starannej higieny podczas zmiany pieluszek (mycie rąk, szczelne woreczki)
- izolacja osób, które mają objawy infekcji
- szczepienia ochronne – zalecane szczepienie przeciw rotawirusom

