

Průjem a zvracení

Typická střevní infekce se projevuje na začátku epizodou zvracení a poté se přidají průjmy. Ty jsou většinou četné, vodnaté, výrazně zapáchající, třeba i zbarvené do zelena – při těchto příznacích je diagnóza vlastně jasná a pokud zvracení rychle odezní, lze dítě léčit doma. Pokud má dítě pouze trochu řidší stolici a převládají jiné příznaky – vysoké horečky, výrazně bolestivé nebo tvrdé břicho, bolesti v bedrech, opakované zvracení – je lepší se nechat zkontrolovat lékařem.

Léčba zvracení

Pokud dítě začne zvracet, je vhodné na cca 1 hodinu zastavit jakýkoliv příjem tekutin a stravy. Uvařte slabý černý čaj, osladte ho (nejlépe glukopurem), nechte vychladnout a dejte do lednice. Až uběhne zmíněná 1 hodina, začněte čaj dítěti pomalu po lžičkách podávat – 5 lžiček čaje, poté 5 minut pauza a znovu 5 lžiček čaje. Takto pokračujte asi další hodinu. Pokud dítě nezačne znovu zvracet, nechte ho pak pít trochu více – vždy několik loků. Jídlo podávejte až po několika hodinách, kdy dítě toleruje tekutiny a nezvrací, dávejte malé množství, spíše kašovitá konzistence - například piškot s čajem, rýže, rozmačkaný banán...

Pokud tento postup nefunguje a dítě přijaté tekutiny opakovaně zvrací, nebo vůbec nepije, je vhodné vyšetření lékařem. Znamky dehydratace jsou například oschlé rty a sliznice dutiny ústní, zástava močení na několik hodin, snížené napětí kůže.

Léky na zvracení nejsou volně dostupné, je potřeba si o ně říci lékaři, pro menší děti jsou čípky, pro starší rozpustné nebo běžné tablety.

Léčba průjmu

Základem léčby průjmu je dieta. Nejlépe funguje rozvařená rýže a rozvařená mrkev, vhodné jsou i brambory, banán, suchý rohlík. Vyhýbejte se mastným jídlům. Mléko omezte, často totiž dobu průjmů prodlužuje, protože tělo ztrácí schopnost ho trávit, ale s kojením kvůli průjmu nepřestávejte. Po zlepšení obtíží přecházejte na běžnou stravu postupně během několika dní, v tuto chvíli je vhodný třeba nemastný kuřecí vývar nebo dušené drůbeží maso.

Důležité je zvýšit příjem tekutin, spíše než čistou vodu podávejte černý čaj, můžete zkusit i rehydratační roztoky (Kulíšek apod.).

Vhodné je užívat probiotika 1-2x denně, jsou dostupné kapsle i kapky (Enterol, Biopron, BioGaia, Laktobacilky, Hylak...).

Dále doporučuji podávat Smectu nebo Tasectan 3-4x denně, pokud je vaše dítě toleruje.

Léky na zpomalení pochodu střev (jako např. Imodium) nejsou u dětí vhodné.