

DIARRHÉES

Les diarrhées se définissent à partir de 3 selles liquides en 24 heures.

Pour éviter la déshydratation de votre enfant, il est nécessaire de remplacer les pertes de liquides dues aux diarrhées

TRAITEMENT À LA MAISON

- Stimulez votre enfant à boire.
- Donnez **100 ml < 2 ans** ou **200 ml > 2 ans** d'eau, de sirop ou de thé à boire à votre enfant après chaque diarrhée. Éviter les boissons trop sucrées, comme le coca, le thé froid ou les jus de fruits, car elles irritent les intestins et stimulent les diarrhées. Continuez le lait habituel de votre enfant.
- Augmentez la fréquence de l'allaitement, si vous allaitez.

Si votre enfant présente 5-6 diarrhées dans l'heure, prenez contact avec votre pédiatre ou venez aux urgences pédiatriques.

VOMISSEMENTS

Lors de vomissements, il est nécessaire de remplacer les pertes liquides de manière fractionnée.

TRAITEMENT À LA MAISON

Donnez au moins 20 ml d'eau de sirop ou de thé (évités les boissons gazeuses) à boire à votre enfant après chaque vomissement par petites quantités :

- enfant de moins de 2 ans :
50 ml : 5 ml à donner aux 5 minutes
- enfant de plus de 2 ans :
100 ml : 10 ml à donner aux 5 minutes

Si votre enfant ne revomit pas, augmentez progressivement les quantités. Si votre enfant revomit, attendez 10 minutes et recommencez l'hydratation.

Si malgré les mesures décrites ci-dessus, votre enfant vomit 5-6 fois en une heure à chaque tentative de réhydratation ou s'il présente les signes suivants, prenez contact avec votre pédiatre ou venez aux urgences pédiatriques :

- Peu ou pas uriné
- Pas de larmes lors de pleurs
- Bouche et lèvres sèches
- Refus de boire ou soif intense
- Agité/irritable ou somnolent/apathique

Conseils généraux en cas de diarrhées ou vomissements

- Adoptez une bonne hygiène des mains ainsi que celle de votre enfant
- Lavez les objets en contact avec les vomissements
- Adaptez la nourriture selon la tolérance et l'envie de votre enfant. Favorisez des repas légers.