

## Zalecenia dla rodziców i opiekunów przy wypisie dziecka z rozpoznanym nieżytem żołądkowo- jelitowym

### Discharge advice for parents and carers of children diagnosed with gastroenteritis - Polish

#### Czym jest nieżyt żołądkowo-jelitowy?

Nieżyt żołądkowo-jelitowy to zapalenie jelit, który powoduje biegunkę. Może ono również wywoływać wymioty, ból brzucha oraz inne objawy. Infekcja ustępuje zazwyczaj po kilku dniach, chociaż czasami trwa to dłużej.

#### Jakie są oznaki i objawy zakażenia?

- Głównym objawem jest biegunka. Często dochodzi też do wymiotów. Przy niektórych zakażeniach w stolcu pojawia się również krew i śluz.
- Często dochodzi do bolesnych skurczów podbrzusza (brzucha). Bóle te mogą ulec złagodzeniu na pewien czas po każdorazowym oddaniu stolca.
- Czasami dochodzi do podniesienia ciepłoty ciała (gorączki). Pojawić się też niekiedy mogą bóle głowy oraz kończyn.

W przypadku większości dzieci objawy są słabo nasilone i po kilku dniach ustępują. Jeśli dojdzie do wymiotów, zazwyczaj trwają one mniej więcej jeden dzień, choć czasem utrzymują się dłużej. Biegunka występuje często dalej po ustąpieniu wymiotów i zazwyczaj trwa przez od pięciu do siedmiu dni. Lekko luźne stolce mogą utrzymywać się przez około tydzień, a potem nastąpi powrót do normalnego funkcjonowania. Bywa, że objawy zakażenia utrzymują się przez dłuższy czas.

#### Jaki jest sposób leczenia?

Polega on na niedopuszczeniu do odwodnienia.

Należy zachęcać dziecko do przyjmowania dużej ilości płynów. Konieczne jest zastąpienie płynów utraconych w postaci wymiotów oraz/lub biegunki. Dziecko powinno dalej przyjmować normalne pokarmy i napoje. Ponadto należy również zachęcać je do przyjmowania dodatkowych płynów. Unikać trzeba jednak soków owocowych lub gazowanych napojów, gdyż mogą one pogorszyć objawy związane z biegunką. Proszę się nie przejmować, że chore dziecko nie chce nic jeść. Najważniejsze są płyny. W przypadku częstych wymiotów należy zachęcać swoje dziecko do częstego przelknięcia małych, a nie dużych ilości płynów.

Kontynuować należy normalne karmienie piersią bądź butelką. Może się okazać, że dziecko wymagać będzie częstszego karmienia. Zalecane może również zostać podawanie dodatkowych płynów (wody bądź napojów nawadniających) w okresie pomiędzy karmieniami.

Dzieciom, których dotyczy wyższe ryzyko odwodnienia, lekarz może zalecić napoje nawadniające. Preparaty te są dostępne w aptekach oraz lokalnych supermarketach w postaci saszetek. Zapewniają one idealne połączenie wody, soli i cukru. Mała ilość tych ostatnich dwóch składników sprawia, że organizm lepiej wchłania wodę w jelitach.

### **Jakie są oznaki i objawy odwodnienia?**

- Oddawanie małej ilości moczu
- Suchość jamy ustnej, języka oraz warg
- Zmniejszona ilość łez podczas płaczu
- Zapadnięte oczy
- Osłabienie
- Drażliwość lub ospałość

### **Kiedy należy się zwrócić o pomoc do służby zdrowia?**

Osoby, które podejrzewają, że dziecku grozi odwodnienie, muszą szukać pomocy medycznej, korzystając z poniższych sposobów:

- U farmaceuty
- Pod numerem 111
- U własnego lekarza rodzinnego

Oznakami poważnego odwodnienia jest u dzieci:

- Senność
- Błada bądź cętkowana skóra
- Zimne dłonie lub stopy
- Bardzo mało mokrych pieluch
- Szybki (choć często płytki) oddech

Poważne odwodnienie jest stanem wymagającym pilnej interwencji medycznej, dlatego wymagany jest natychmiastowy kontakt z pracownikami służby zdrowia.

Jeśli dziecko wygląda bardzo źle, odczuwa silny ból, obecna jest krew w wymiotach lub stolcu bądź pojawiają się oznaki poważnego odwodnienia, należy zadzwonić pod numer 999 w celu wezwania pogotowia.

Niniejsze informacje dostępne są w zapisie audio, w alfabecie Braille'a, w wersji z dużym drukiem oraz w innych językach. Aby uzyskać kopię, należy zwrócić się do członka personelu.

Druk: marzec 2019 r., do rewizji w marcu 2021 r. Znak: EC/AE/0530319POL

**NHS Choices**  
www.nhs.uk



★ ★ ★ ★ ★  
★ We Care ★  
★ Because ★  
★ You Matter ★