

LA GASTROENTERITE: le regole da non dimenticare

Attraverso la Diarrea e il Vomito il bambino perde molti liquidi che contengono sali minerali e zuccheri necessari per il corretto funzionamento dell'organismo. Più il bambino è piccolo più può essere rapida e pericolosa la sua perdita di liquidi (Disidratazione). Anche la febbre aumenta la perdita di liquidi attraverso la sudorazione.

COSE FARE (già dalle prime scariche):

- tenere un diario dei sintomi (n° scariche e caratteristiche, n° episodi di vomito, eventuale presenza di febbre, quantità di liquidi assunti)
- far bere al bambino una soluzione che contiene sali minerali (es. Idravita, Prereid, Dicodral o equivalenti):
- la soluzione va bevuta a piccoli sorsi (circa 1 cucchiaino ogni 2 minuti);
- la soluzione è di sapore più gradevole se tenuta in frigorifero;
- la quantità di soluzione che il bambino dovrebbe bere dipende dalla sua perdita di peso: indicativamente una scarica liquida importante o un episodio di vomito possono far perdere circa 100 ml di liquidi per cui si offre da bere tenendo conto delle perdite. La quantità massima da somministrare nelle 24 ore è generalmente è intorno a 100 ml ogni chilogrammo di peso nelle 24 ore (circa 1 litro al giorno, per un bambino di 10 kg);
- se proprio il bambino non prende la soluzione, essa può essere mescolata a piccole quantità di altri liquidi come acqua, camomilla e tè, non zuccherati e senza aggiunta di biscotti o altro. In caso di vomito può essere utile far succhiare del ghiacciolo.

ALIMENTAZIONE:

- E' meglio non forzare il bambino a mangiare nelle prime ore di malattia, fase in cui è prioritaria l'assunzione di sali minerali, poi però la rialimentazione è fondamentale. Offrire cibi semplici poco alla volta, idealmente un boccone ogni ora: evitare cibi grassi o troppo ricchi di zuccheri.
- Se il bambino gradisce il latte ricordarsi di proporlo sempre in piccole quantità. L'utilizzo di latte senza lattosio (Zymil, Accadì, Mila o equivalenti) o se sotto l'anno di vita di latti "speciali per la diarrea" sarà riservato a casi particolari. Se il bambino è allattato al seno non sospendere l'allattamento stesso ricordandosi di proporre pasti piccoli e frequenti.

FARMACI :

Nella stragrande maggioranza dei casi non è necessario alcun antibiotico poiché la causa della diarrea o è un virus o un microbo non pericoloso.

- Utile somministrare probiotici, comunemente detti "fermenti lattici". In alcuni casi selezionati e solo su indicazione medica può essere utile la somministrazione di altri preparati farmacologici.

COSA COMUNICARE AL PEDIATRA:

- Condizioni generali del bambino (reattività e colorito cutaneo)
- Quantità di liquidi assunti nelle 24 ore
- Numero di scariche e loro caratteristiche (compresa la presenza o meno di sangue) e/o episodi di vomito nelle 24 ore
- L'eventuale presenza di febbre (che va trattata come usuale ma con paracetamolo per bocca e non per via rettale)
- Peso quotidiano del bambino nudo

QUANDO OCCORRE AVVISARE PRONTAMENTE IL PEDIATRA:

- Se il bambino ha meno di 6 mesi
- Sempre se il bambino non riesce ad assumere liquidi e/o ha episodi di vomito ripetuti e/o scariche numerose e abbondanti
- Se è poco reattivo o irritabile e/o presenta segni di disidratazione (occhi infossati, labbra e lingua asciutte, urina poco)
- Se la perdita di peso supera il 5% del peso di partenza.