

Consigli pratici in caso di diarrea

Che cos'è?



La diarrea si presenta come un **aumento improvviso del numero di evacuazioni** (più di sei scariche nelle 24 h.) che diventano liquide, acquose: in alcuni casi è accompagnata da vomito.



Il pericolo della diarrea acuta consiste nella **disidratazione** causata dalle abbondanti perdite di acqua e di sali minerali; è maggiore se il bambino ha meno di un anno.

La comparsa di feci molli anche se numerose (4- 5 scariche al giorno) **NON È GRAVE**. Tale disturbo può durare anche alcuni giorni (7-8) senza bisogno di cure

Come trattarla prima di consultare il medico

Il trattamento della diarrea è molto semplice e solo raramente necessita di farmaci:

- sospendere l'introduzione di cibi solidi per le prime ore (se vomito)
- impedire la disidratazione facendo bere al bambino liquidi appropriati.
- annotare la quantità bevuta e il numero delle scariche.
- controllare il peso se possibile

Cosa deve bere il bambino

I **liquidi reidratanti** più sicuri sono quelli che si ottengono diluendo le bustine glucosaline reperibili in farmacia secondo le indicazioni riportate sulla confezione.

(Prereid bustine o liquido, Humana idravita, Dicodral bustine o liquido, Idraped bust...).

Quanto deve bere nelle prime 24 ore

Almeno 100 cc di liquido per ogni chilogrammo di peso:

es. 6 Kg → 600 cc, 10 Kg → 1000 cc (1 litro); **oltre i 20Kg basta un litro e mezzo.**

Più semplicemente **cercate di somministrare 100 ml di soluzione reidratante ogni due scariche abbondanti di feci**. Il bambino deve bere sempre a piccoli sorsi, più frequentemente nelle prime 4-6 ore, per poi rallentare mano a mano le scariche diminuiscono.

Se vomita

Il bambino deve bere ancora più lentamente la stessa quantità di liquidi: nella prima ora dategli un cucchiaino ogni 5 minuti, poi aumentate gradatamente fino a darne a volontà. I liquidi vanno **somministrati freddi**. Può essere utile somministrare **ghiaccio tritato** o **ghiacciolo** per inibire le contrazioni dello stomaco e ridurre così il vomito. Nei bambini **non si devono usare farmaci anti vomito** (consentiti solo in ambiente ospedaliero).

Quando e come rialimentarlo

Il digiuno e quindi i liquidi reidratanti non vanno proseguiti oltre le 24 ore. Non appena il numero delle scariche si riduce, offrite al bambino piccole quantità di cibo, con preferenza per pasta, riso, pane, crackers, patate, banane. Dal giorno successivo la dieta deve essere ricca e adeguata: gli alimenti da somministrare sono gli stessi che il bambino assumeva prima (la dieta in bianco non serve).

Se è allattato al seno

È consigliabile **continuare il latte materno**, integrando con le soluzioni reidratanti, salvo diverse indicazioni del medico curante.

Se è allattato artificialmente

Nelle prime ore somministrare soluzioni reidratanti e poi continuare ad assumere latte in polvere.

Cosa aspettarsi

Le scariche diarroiche diventano gradatamente meno abbondanti, meno frequenti ed aumentano di consistenza.

Quando consultare il medico

Il medico deve essere consultato se il bambino si presenta in una di queste situazioni:

- ha **meno di dodici mesi**
- **vomita ripetutamente** tutto ciò che introduce
- richiede un quantitativo di liquidi eccessivo poiché **non riesce a calmare la sete**
- presenta **febbre elevata persistente**
- presenta segni di disidratazione (ha **perso peso, pannolino poco bagnato**, ha le **labbra secche**, gli **occhi infossati, respiro affannoso**, si presenta **sonnolento e confuso**)
- se **non migliora dopo 24 ore.**
- se presenta già **altri problemi di salute rilevanti.**