



DIARREA

Per **diarrea** si intende un aumento del numero di scariche giornaliere (da 4-5 fino a 10 e più) con una diminuzione della consistenza delle feci che diventano non formate o liquide. Oltre la consistenza è importante il colore delle feci, la presenza di muco e/o sangue.

La diarrea di solito è causata da un'infezione virale dell'intestino, più raramente è dovuta a batteri, qualche volta (se le scariche sono solo 1 o 2) può trattarsi di un banale disturbo digestivo legato a qualcosa che il bimbo ha mangiato o a un colpo di freddo. La diarrea può essere preceduta o accompagnata da vomito e febbre.

COME COMPORTARSI



Adottare **norme igieniche** lavarsi sempre le mani dopo aver cambiato il pannolino al vostro bambino: la trasmissione della malattia è in genere oro- fecale (contatto attraverso le mani dopo aver manipolato le feci).

Durante il decorso è necessario mantenere una **dieta adeguata** (povera in zuccheri semplici e grassi). Evitare perciò succhi di frutta, cioccolato, fritti etc.



Far assumere al bambino **molti liquidi** per reintegrare quelli persi altrimenti il bambino potrebbe **DISIDRATARSI**. Controllare la quantità di urine emesse o una eccessiva perdita di peso.

Somministrare **SOLUZIONI REIDRATANTI ORALI** (Idravita, Dicodral, Prereid...): questi preparati si acquistano in farmacia senza ricetta come soluzioni già pronte o in bustine granulari da sciogliere in acqua. Contengono la quantità di sali minerali, zuccheri appositamente studiate per i bambini. Vanno somministrate a volontà, a piccoli sorsi (soprattutto se è presente vomito) ogni 2-3 minuti, con il cucchiaino, meglio se fresche così da mascherare il gusto un po' salato.

Non aggiungere zucchero, succhi di frutta o altro per non modificare le concentrazioni dei sali minerali.

Somministrare **probiotici** (fermenti lattici di ultima generazione).

Se state **allattando al seno** il vostro bambino **continue a farlo!**