

Quelques mesures de précaution si votre enfant a une diarrhée aiguë³

CONSULTEZ RAPIDEMENT UN MÉDECIN :

- si l'enfant vomit,
- si le nombre de selles ne diminue pas,
- s'il refuse de boire et de manger,
- s'il a une température supérieure à 38,5° C,
- s'il est très fatigué, et/ou s'il a les yeux cernés, creusés,
- s'il n'est pas comme d'habitude,
- s'il y a du sang dans les selles.

VEILLEZ À TOUJOURS DISPOSER CHEZ VOUS DE QUELQUES SACHETS DE SRO

- L'état de santé du jeune enfant peut s'aggraver en quelques heures, il est important de pouvoir agir vite.
- Des sachets de SRO doivent également être mis dans les affaires de l'enfant s'il voyage.

VEILLEZ À RESPECTER LES RÈGLES D'HYGIÈNE

- Lavez-vous les mains plusieurs fois par jour, et après chaque changement de couche.

SRO : Solution de Réhydratation Orale.

1. Société française de pédiatrie (SFP). Gastro-entérites et déshydratations. 2013.
Disponible sur : <http://www.sfpediatricie.com/>
2. Bien vous soigner avec des médicaments sans ordonnance. Diarrhée passagère de l'adulte. Afssaps, Juin 2009.
3. INPES. Diarrhée du jeune enfant, évitez la déshydratation. Disponible sur : <http://www.inpes.sante.fr/>
4. Assurance maladie. Gastro-entérite de l'enfant. Que faire et quand consulter en cas de gastro-entérite de l'enfant ?
Disponible sur : <http://www.ameli-sante.fr/gastro-enterite-de-lenfant/que-faire-et-quand-consulter-en-cas-de-gastro-enterite-de-lenfant>

3 conseils essentiels si votre enfant a une diarrhée aiguë

1 DONNEZ LUI À BOIRE UNE SOLUTION DE RÉHYDRATATION ORALE (SRO) ¹

Les SRO se présentent sous forme de sachets en poudre. Elles sont disponibles en pharmacie.

➤ A donner à volonté, par petites quantités, régulièrement

➤ **1 sachet de SRO à diluer dans 200 mL d'eau**



Un bébé peut boire **plusieurs biberons** de SRO par jour³

En cas de diarrhée aiguë, la déshydratation peut survenir en quelques heures chez le nourrisson et peut entraîner des complications. Un avis médical est nécessaire ².

2 ADAPTEZ SON ALIMENTATION ^{3,4}

➤ **Pour les nourrissons**, l'utilisation de la SRO va compléter les biberons ou l'allaitement au sein.

➤ **Pour l'enfant**, les aliments « antidiarrhéiques » seront à privilégier.



Si vous allaitez

Poursuivez comme d'habitude et proposez de la **SRO entre les tétées**.

Si votre bébé prend du lait en poudre

Arrêtez le lait et donnez-lui à boire de la SRO à la place. Après **12h de SRO seule**, proposez à nouveau le lait habituel avec de la **SRO entre les biberons**.

En cas d'alimentation diversifiée

Proposez régulièrement à votre enfant de manger, notamment des aliments comme **le riz, les pommes en compote, et le pain grillé**.

Évitez de lui donner des aliments difficiles à digérer (légumes verts, viandes, fruits acides, ...).

3 SURVEILLEZ VOTRE ENFANT JUSQU'À LA FIN DE LA DIARRHÉE ³

➤ Prenez sa température.

➤ Comptez le nombre de selles, de vomissements et le nombre de biberons bus.

➤ Notez le comportement de votre enfant (état de fatigue ou comportement inhabituel).



Des traitements médicamenteux adaptés au nourrisson et à l'enfant peuvent permettre de réduire l'intensité et la durée de la diarrhée².

Demandez conseil à votre médecin ou pharmacien.