

## Diarrhée et vomissements

Votre enfant souffre de diarrhée et de vomissements. La cause probable est une gastro-entérite, autrement connue sous le nom de grippe intestinale. La gastro-entérite est une maladie très courante chez les enfants et est habituellement causée par un virus. Les bactéries et les parasites peuvent également causer la gastro-entérite. La plupart des enfants atteints voient leur état s'améliorer en quelques jours sans médicaments. Il peut arriver que la maladie dure jusqu'à deux semaines.

S'ils ne sont pas correctement traités, la diarrhée et les vomissements peuvent présenter un danger car ils entraînent chez l'enfant une perte de fluides et de sels minéraux. Si ces éléments ne sont pas remplacés rapidement, l'enfant peut devenir déshydraté et pourrait même avoir besoin d'être hospitalisé. La déshydratation se produit plus rapidement chez les nourrissons et les enfants très jeunes car ceux-ci ont moins de réserves dans leur organisme.

### *Qu'est-ce qu'une solution orale de réhydratation?*

Dès que la diarrhée et les vomissements se présentent, il est recommandé de donner à l'enfant une solution orale de réhydratation. Cette solution contient la combinaison idéale d'eau, de sels (électrolytes) et de sucre pour remplacer les pertes entraînées par la diarrhée et les vomissements. Les marques les plus connues sont Pedialyte<sup>MD</sup>, Pediatric Electrolyte<sup>MD</sup> et Gastrolyte<sup>MD</sup>. Ce dernier doit être dilué avec de l'eau. Assurez-vous de le mélanger selon le mode d'emploi. Ces solutions sont vendues en pharmacie.

Ne donnez pas à l'enfant de boissons sucrées tels que jus de fruits, boissons gazeuses, boissons sportives ou thé sucré, ni de bouillon ou d'eau de riz, car ceux-ci peuvent empirer son état. L'utilisation d'une solution de remplacement inappropriée pour compenser la perte d'électrolytes peut entraîner de sérieuses complications.

### *Pour prévenir la déshydratation, suivez les directives ci-dessous :*

#### Au cours des six premières heures (phase initiale)

Si vous allaitez : continuez à allaiter à la demande. Vous pouvez donner une solution de réhydratation entre les boires. Si vous n'allaitez pas : Ne donnez aucun produit laitier pendant six heures et administrez une solution de réhydratation selon le mode suivant:

6 mois et moins : 30-90 ml (1-3 oz) toutes les heures

6 – 24 mois : 90-125 ml (3-4 oz) toutes les heures

Plus de 2 ans : 125-250 ml (4-8 oz) toutes les heures

Si l'enfant refuse de boire la solution au verre ou au biberon, administrez la solution à l'aide d'un compte-gouttes ou d'une petite cuiller. Si l'enfant vomit, continuez à administrer la solution de réhydratation à la cuiller. Donnez 15 mL (1 c. à table) toutes les 10 à 15 minutes jusqu'à ce que les vomissements cessent, puis donnez la quantité normale indiquée ci-dessus.

Si les vomissements persistent plus de 4 à 6 heures, consultez le médecin. Il est également important de savoir qu'il n'est pas très important que l'enfant mange durant les premières phases d'une maladie; ne vous inquiétez donc pas si votre enfant ne veut pas manger, à condition qu'il soit bien hydraté.

#### 6-24 heures (phase de récupération)

Continuez à administrer la solution de réhydratation jusqu'à ce que les diarrhées s'espacent. Il ne faut pas donner la solution de réhydratation seule pendant plus de 24 heures. Une fois que les vomissements ont cessé, offrez à l'enfant la formule ou le lait et les aliments habituels souvent et en petites quantités. Donnez des aliments riches en glucides (craquelins, riz, pain grillé, pâtes et pommes de terre bouillies). Après 24 à 48 heures, la plupart des enfants peuvent manger normalement.

## Quels sont les signes de déshydratation?

Lèvres et bouche sèches Peau très sèche ou ridée

Absence de larmes lorsque l'enfant pleure Léthargie ou niveau d'énergie réduit (l'enfant ne semble pas intéressé par les jouets ou la télévision)

Enfant inconsolable, irritabilité ou pleurs excessifs

Urine foncée ou dégageant une forte odeur

Pas d'urine pendant plus de huit heures (les nourrissons devraient mouiller 6 à 8 couches par jour; les jeunes enfants, 4 ou 5 couches par jour).

Étourdissement en position assise ou debout (enfants plus âgés)

Fontanelles enfoncées chez les bébés.

Consultez un médecin si l'un ou l'autre des signes suivants se présente :

Signes de déshydratation (voir ci-dessus) Fièvre durant plus de deux jours.

Vomissements persistant plus de 4 à 6 heures Vomissement de bile (liquide jaunâtre/verdâtre)

Selles sanglantes ou noires et poisseuses Douleur abdominale intense

Aggravation de l'état de l'enfant Diarrhée qui persiste plus de deux semaines L'enfant refuse de boire L'enfant a récemment voyagé à l'extérieur du Canada et des États-Unis L'enfant est âgé de moins de six mois

## Autres conseils

Ne donnez PAS de médicaments grand public contre la diarrhée car ceux-ci empêchent l'organisme de se débarrasser de l'infection.

Lavez-vous soigneusement les mains après avoir fait la toilette ou changé la couche de l'enfant afin de réduire les risques de propagation de l'infection.

Les selles peuvent être de couleur différente et demeurer moins solides pendant une à deux semaines après une gastro-entérite.

Si l'enfant se sent bien et que son niveau d'activité semble normal, il n'y a pas lieu de s'inquiéter.

(Sources: Montreal Children's Hospital, Children's Care Clinic, Canadian Pediatric Society)

## Important

L'information ci-dessus est offerte à titre de guide à des fins d'information seulement. Si à n'importe quel moment vous vous inquiétez du bien-être de votre enfant, il est important de consulter un médecin à nos bureaux ou à l'urgence de l'hôpital le plus proche de chez vous ou de l'Hôpital de Montréal pour enfants