

MON ENFANT A LA DIARRHÉE, QUE FAIRE ?

MON ENFANT PRÉSENTE CES SIGNES

- Selles plus liquides et plus fréquentes que d'habitude

Et parfois...

- Nausées ou vomissements
- Douleurs au ventre
- Fatigue
- Fièvre

RÈGLE D'OR

Si l'état général et le comportement de mon enfant sont normaux : il joue normalement, dort bien, peut boire par petites gorgées sans vomir (solution de réhydratation, eau...),

JE NE M'INQUIÈTE PAS ET J'ADOpte LES GESTES SUIVANTS

NOS CONSEILS POUR ÉVITER LA DÉSHYDRATATION ET ASSURER LE CONFORT

- Proposer un **soluté de réhydratation orale** (sans ordonnance en pharmacie) bien frais, en petites quantités, souvent répétées. Si refus, à mélanger avec un jus de pomme coupé à moitié d'eau.
- Donner de l'eau à boire en petites quantités et régulièrement et éviter les boissons gazeuses
- Proposer des **aliments solides** (sans le forcer), si plus de vomissements depuis 4 à 6h (privilégier, selon l'âge, riz, pâtes, carottes, viandes ou poissons sans sauce, laitages, bananes, compotes de coing...). Si refus, attendre que l'appétit revienne.
- Garder l'enfant à la maison et le laisser **se reposer** (mais éventuellement le réveiller pour boire)
- Veiller au confort de l'enfant et le surveiller
- Donner un **antipyrétique** (paracétamol) si fièvre mal tolérée

À NOTER : sauf circonstances particulières précisées par votre médecin, aucun régime ni changement de lait ne sont généralement nécessaires.

POUR LIMITER LA CONTAGION

Se laver soigneusement les mains avec du savon



Éviter de boire dans le même verre et de partager les mêmes couverts



Nettoyer et désinfecter les jouets touchés par l'enfant



Porter un masque si symptômes



POUR PRÉVENIR LES GASTRO-ENTÉRITES

Il existe **deux vaccins buvables**, très efficaces contre les formes graves de gastro-entérites à rotavirus. La vaccination est désormais prise en charge par l'Assurance Maladie.



Ils peuvent être donnés avec les autres vaccins dès 6-8 semaines et doivent être terminés vers 6 mois

Renseignez-vous auprès du pédiatre ou du médecin généraliste qui suit votre enfant !

SIGNES D'ALERTE

- Altération de l'état général (il est fatigué, sourit moins, pleure beaucoup, ne joue pas, est un peu mou...)
- Couche sèche, fait moins pipi
- Fièvre très élevée et/ou mal tolérée
- Gène alimentaire et diminution des rations ingérées (< 50% de la ration habituelle)
- Vomissements dès qu'il boit et/ou selles importantes (> 5 par jour)
- Yeux cernés, enfoncés

SIGNES DE DÉSHYDRATATION

- Perte de poids (> 5-10 % du poids)
- Très fatigué, moins réactif, plus mou
- Refus de boire
- Peau du ventre plus plissée que d'habitude
- Lèvres sèches

Attention à la déshydratation

FACTEURS DE RISQUE

- Enfants fragiles
- Nouveaux-nés et jeunes nourrissons (< 3 mois)
- Enfants présentant une maladie chronique...

Je consulte rapidement un médecin en cabinet.

Je contacte le 15 avant de me rendre aux urgences.