

DRISKA ALI BRUHANJE = IZGUBA TEKOČINE + MANJŠI VNOS SKOZI USTA

NADOMEŠČANJE TEKOČIN

Ob izgubah z drisko ali bruhanjem je potrebno poleg običajne potrebe po tekočini dodatno nadomeščati še tekočine izgubljene z drisko ali bruhanjem.

Tekočino je potrebno ponujati v rednih intervalih, v manjših količinah, še posebej če otrok bruha (npr. na 5–10 minut nekaj požirkov ali žličk).

Po bruhanju počakamo 30-60 minut in nato nadaljujemo z dajanjem tekočin.

Zelo pogosto bolni otroci tekočino zavračajo, zato je pomembno, da smo pri ponujanju tekočine bolj vztrajni kot otroci pri odklanjanju.

Od tekočin poleg vode otroku ponudimo tudi tekočine z elektroliti in sladkorjem. S tem poskrbimo tudi za vnos hranil ob pogosto manjšem vnosu hrane. Priporočamo sladkan čaj, juho, oralno rehidracijsko tekočino.



OBIČAJNE POTREBE PO TEKOČINI DNEVNO



- Otrok s telesno težo 8 kg – potrebuje 800 ml tekočine dnevno
- Otrok s telesno težo 12 kg potrebuje 1100 ml tekočine dnevno
- Otrok s telesno težo 15 kg potrebuje 1250 ml tekočine dnevno

NAVODILA ZA PRIPRAVO ORALNE REHIDRACIJSKE TEKOČINE DOMA

- 1 liter prekuhane vode
- 1 zravnana čajna žlička soli
- 8 zravnanih jedilnih žlic sladkorja
- sok pomaranče ali pol limone za okus (neobvezno)



Sestavine zmešamo in otroku ponudimo svežo pripravljeno raztopino.

PREHRANA



V času driske naj otroci uživajo zmerne količine lahko prebavljive, starosti primerne hrane. Dieta ni potrebna, saj poteka driske ne ublaži in ne skrajša. Izogibamo se le pretirano mastni hrani in sladkarijam. Pri dojenih otrocih nadaljujemo z dojenjem in ga v času bolezni ne prekinjamo.

HIGIENSKI UKREPI



Za omejevanje prenosa okužb v domačem okolju je potrebno skrbno upoštevanje higienskih ukrepov:

- pogosto in učinkovito umivanje rok otrok in oseb, ki skrbijo za njihovo nego
- pravilno in higiensko odstranjevanje rabljenih pleničk
- pogosto čiščenje površin, predmetov in igrač v bolnikovi okolici

ZDRAVILA



V primeru, da je ob bruhanje / driski pridružena povišana telesna temperatura otroku damo svečko ali sirup za zniževanje telesne temperature. Ostalih zdravil (zdravila proti krčem, odvajala, zdravil proti slabosti) pri bruhanju / driski ne dajemo, saj dokazano ne pripomorejo k hitrejši ozdravitvi.



KDAJ MORAMO K ZDRAVNIKU?

Neustavljivo bruhanje, ob katerem otrok ne more prejeti tekočine preko ust, več kot 6 ur ne lula in je obnemogel in apatičen. Tudi driska 6x dnevno s primesjo krvi, obilne sluzi, mrzlico in / ali izpuščajem.



ZNAKI IZSUŠENOSTI PRI OTROKU SO ŽEJA, SUHE, RAZPOKANE IN ŽIVO RDEČE USTNICE, SUH, LEPLJIV IN OBLOŽEN JEZIK, GOSTA SLINA, TEMNEJE OBROBLJENE IN UPADLE OČI, JOK BREZ SOLZ, OTROK MANJ LULA KOT OBIČAJNO, URIN JE TEMNO OBARVAN, GOST IN ZAUDARJA!