

MOJE DIJETE IMA PROLJEV

Proljev je pojava učestalih stolica (više od 5 na dan), kašastih ili vodenastih, uz primjesu sluzi, a ponekad i krvi.

Kada dijete dobije proljev najčešće pomislimo «Što smo pojeli? Je li se otrovala/ otrovao?».

Proljev najčešće uzrokuju virusi koji se u organizam unose prljavim rukama. Rjeđe su to bakterijske infekcije i trovanja hranom.

Proljevom dijete gubi vodu i elektrolite iz organizma. Što je dijete mlađe to je takvo stanje opasnije.

Kako pomoći djetetu?

S početkom proljeva potrebno je odmah početi nadoknadu tekućine na usta. Za tu svrhu najbolje je koristiti pripravak za oralnu rehidraciju koje se mogu kupiti u ljekarni. Također vam mogu pomoći i neki od kućnih pripravaka kao što je rižina sluz. Preporučuje se i davanje pripravaka za regulaciju crijevne flore (probiotici).

Ako dijete uz proljev i povraća tekućinu treba nadoknađivati svakih 3-5 minuta po žličicu ili jedan manji gutljaj.

Djetetu koje ima proljev ne smiju se davati sokovi i gazirana pića. Možete nastaviti hraniti dijete na uobičajen način, ali treba izbjegavati davanje masne i zaslađene hrane. Prednost se daje kuhanoj hrani. Dok god traje proljev nastavite davanje oralne rehidracijske soli i probiotika.

Kada se javiti liječniku?

Proljev možemo i kući liječiti, međutim nekada je ipak potrebno potražiti liječničku pomoć:

- kada se proljev ne smiruje
- uz proljev se pojavilo i povraćanje
- dijete ima povišenu temperaturu
- pojavili su se znakovi dehidracije (suh i bijelo obložen jezik, suha koža i sluznica)
- dijete oskudno ili rijetko mokri
- u stolici ima krvi
- dijete je općeg lošeg stanja (glavobolja, klonulost, bezvoljnost)
- kada Vi niste sigurni u stanje svoga djeteta

Možemo li spriječiti proljev?

Najbolja prevencija proljeva je podučiti dijete važnosti pravilne higijene ruku. Tijekom ljetnih mjeseci kupujte lakolvarljive namirnice kod pouzdanih trgovaca.