

La gastroenterite nei bambini

Pronto Soccorso / Foglio Informativo

Bambini

Che cosa è la gastroenterite?

La gastroenterite (spesso chiamata 'gastro') è una comune infezione dell'intestino che può causare diarrea (feci o cacca troppo liquide), vomito, o ambedue. Di solito la gastroenterite si risolve rapidamente senza bisogno di trattamento. Il vomito può durare un giorno o due. Di solito la diarrea dura da due a tre giorni ma può durare fino a dieci giorni.

La diarrea può causare *disidratazione* (una perdita di acqua). I bambini al di sotto dei sei mesi d'età sono particolarmente a rischio.

La causa più frequente di gastroenterite è un virus, che tende a diffondersi molto facilmente. Cause meno comuni di gastroenterite includono dei batteri o avvelenamento da cibo. Molte cause di gastroenterite non sono curate da *antibiotici*.

Quali sono i sintomi della gastroenterite?

Spesso la gastroenterite inizia con il vomito, successivamente seguito dalla diarrea. La defecazione è frequente, irregolare e acquosa. Il tuo bambino potrebbe piangere perché ha fame, sete, la febbre o ha dei dolori. Può darsi che voglia dormire di più. Bambini più grandicelli potrebbero lamentarsi di fitte di dolore allo stomaco, mentre invece infanti potrebbero avere episodi di pianto dovuti a fitte di dolore.

Trattamento

La gastroenterite può essere lieve e il trattamento consiste tutto in fluidi. Molti bambini guariscono con un semplice trattamento in casa.

- Offri spesso al tuo bambino piccole quantità (alcuni sorsi alla volta) di 'fluidi limpidi' (vedi sotto) come l'acqua (una boccata ogni 10-15 minuti). I fluidi non faranno cessare il vomito e la diarrea ma impediranno che il tuo bambino abbia a disidratarsi. È importante dare fluidi, anche se la diarrea peggiora.
- Assicurati che il tuo bambino abbia abbondante riposo.
- **Non** dare al tuo bambino farmaci per fermare il vomito o la diarrea. *Questi non funzioneranno e potrebbero risultare dannosi.*
- Se il bambino continua a vomitare, continua lo stesso a fargli prendere dei piccoli sorsi di fluido. Può sembrare che il fluido sia vomitato immediatamente, ma un po' viene tenuto dentro e aiuta ad evitare la disidratazione.

Che cosa sono i 'fluidi limpidi'?

- I migliori fluidi limpidi sono soluzioni come *Gastrolyte*, *Pedialyte* oppure *Repolyte*, che rimpiazzano l'acqua, lo zucchero e i sali corporei persi con il vomito e la diarrea. Un'alternativa sono i ghiaccioli *Hydralyte*. Li puoi acquistare dal farmacista o al supermercato. Segui le istruzioni sulla confezione.
- Succo di frutta non zuccherato e allungato nell'acqua (una tazza di succo, quattro tazze d'acqua).

- Limonata non gassata allungata con acqua (una tazza di limonata per quattro tazze di acqua).
- Limonata non gassata (una tazza di limonata per quattro tazze d'acqua).

Evita di dare bibite frizzanti o succo di frutta non innacquato dato che questo può peggiorare la diarrea.

Che cosa fare se sto allattando al seno?

Non **smettere di allattare**. Dà da mangiare a tuo figlio in dosi più piccole ma più frequenti e tra i pasti offrigli *Gastrolyte* oppure *Hydralyte*, oppure acqua fresca, bollita, se il tuo bambino ha meno di nove mesi.

Che cosa fare se il mio bambino è allattato con la bottiglia?

- Dà al tuo bambino *Gastrolyte* o *Hydralyte*, oppure fluidi limpidi per le prime 12-24 ore dal sorgere dei sintomi. Per un bambino al di sotto dei nove mesi usa acqua fresca, bollita, per diluire quello che beve.
- Se dopo 12 ore non c'è né vomito né diarrea, incomincia ad usare il latte artificiale (formula) in dosi regolari ma in quantità più piccole e più frequenti. *Latte artificiale a metà dose non aiuta, e può essere dannoso.*

I bambini possono mangiare i loro soliti cibi

- Se in qualsiasi momento il tuo bambino ha fame, dagli il cibo che di solito mangia oppure qualcosa che gli piacerebbe mangiare. Non forzare il tuo bambino a mangiare se vomita di frequente o se non si sente bene. Incomincerà a mangiare quando si sentirà meglio.
- In 48-72 ore il tuo bambino dovrebbe riprendere a bere fluidi normali e a mangiare la normale dieta, anche se la diarrea continua. Questo aiuterà il tuo bambino a stare bene più rapidamente.

Come fermare la diffusione della gastroenterite

- Assicurati che tu e i tuoi familiari vi laviate bene le mani con acqua tiepida insaponata dopo aver cambiato i pannolini, ripulito dal vomito, usato il gabinetto e prima di mangiare.
- Strofini bene le cose che possono essere condivise tra bambini, come libri e giocattoli.
- Tieni il tuo bambino lontano da altri bambini mentre non sta bene. Non mandare il tuo bambino a scuola, al kindergarden, al centro per l'infanzia o crèche per 24 ore da quando è cessato il vomito o la diarrea.
- Non permettere che i tuoi bambini condividano bevande o cibo o che usino le stesse posate.

Trattamento successivo

Il tuo bambino potrebbe essere disidratato e aver bisogno di una visita di controllo da parte del tuo medico di famiglia se ha uno o più di questi segnali:

- occhi affossati
- letargia (sonnolenza)
- bocca e lingua secca
- mani e piedi freddi
- pelle a chiazze/venata/macchiata oppure pallida
- passa poca urina o per niente (i pannolini sono asciutti o in un giorno si hanno meno di quattro pannolini bagnati)
- non beve e continua ad avere vomito, diarrea o ambedue.

Note:

Come cercare aiuto



In un'**emergenza medica** recati al Pronto soccorso dell'ospedale più vicino oppure chiama un'autoambulanza (chiama lo 000).



Visita il tuo medico di famiglia oppure un professionista sanitario il più presto possibile se il tuo bambino ha la gastroenterite e:

- qualsiasi indicazione di disidratazione (vedi 'Trattamento successivo')
- ha meno di sei mesi
- ha un mal di pancia che peggiora
- vomito verdastro
- nella sua diarrea ha sangue o muco
- ha più di otto-dieci defecazioni (diarrea) in un giorno, oppure una diarrea che perdura dieci o più giorni
- ti è motivo di preoccupazione per qualsiasi altra ragione.



Per consigli sanitari da parte di un'infermiera abilitata (Registered Nurse) puoi telefonare a **NURSE-ON-CALL 24 ore al giorno** (Infermiera a disposizione 24 ore su 24) al **1300 60 60 24** al costo di una telefonata urbana da qualsiasi parte del Victoria.*

Per coloro che non si sentono sicuri con il loro inglese **NURSE-ON-CALL** provvede accesso a **servizi interpreti**. Telefona al **1300 60 60 24**.

*Chiamate da cellulari potrebbero essere addebitate a tariffa più elevata.



Vuoi saperne di più?

- Fallo visitare dal tuo medico di famiglia oppure da un professionista sanitario.
- Consulta il sito web del **Royal Children's Hospital** www.rch.org.au/kidsinfo
- Visita il sito di **Better Health Channel** www.betterhealth.vic.gov.au

Se volete ricevere questa pubblicazione in un **formato accessibile**, chiamate il numero 9096 0578 oppure inviate una email al recapito edfactsheets@health.vic.gov.au



Dicembre 2010. Disponibile anche su internet al recapito www.health.vic.gov.au/edfactsheets

Clausola esonerativa: Le presenti informazioni sanitarie sono intese solo per scopi educativi di carattere generale. Consultate il vostro medico di base o un altro professionista sanitario per assicurarvi che esse facciano al caso vostro.

Autorizzato dal
Victorian Government
Melbourne (1009025)