

Biegunka – jak sobie z nią poradzić?

16 października 2019

Biegunka to jedna z częstszych dziecięcych przypadłości. O ile najczęściej jest niegroźna, o tyle bywają sytuacje, w których lepiej skonsultować się z lekarzem i upewnić się, że naszemu malcowi nic nie zagraża. Jak jednak rozpoznać ten moment? Czy biegunkę u dziecka można leczyć domowymi sposobami? Jak zapewnić malcowi szybki powrót do zdrowia i kompleksową opiekę? Sprawdzamy!



Biegunka – co to?

Biegunka pojawia się u dzieci często. Zwykle wywołuje ją infekcja wirusowa przewodu pokarmowego, rzadziej – zmiana diety, alergię lub bakterie. O biegunce mówi się wtedy, kiedy dziecko oddaje zdecydowanie więcej stolców niż zazwyczaj, a ich konsystencja jest luźniejsza. Czasem pojawiają się tam dodatkowe substancje – śluz, krew lub ropa. Najczęściej z rozwolnieniem dziecko ma też inne objawy infekcji – jest marudne, brak mu apetytu, pojawia się temperatura.

Jak wiadomo, nie wszystkie problemy zdrowotne wymagają natychmiastowej wizyty u lekarza. Czasem wystarczą proste, domowe metody, by złagodzić przebieg schorzenia i ulżyć malcowi. Wielu rodziców zadaje sobie pytanie o to, co na biegunkę u dziecka będzie najlepsze. W zależności od przyczyn pojawienia się problemu, odpowiedzi na nie może być kilka.

Różne przyczyny, różne pomysły

Przy klasycznej infekcji wirusowej lub chwilowych problemach trawiennych najlepszym, co możemy zrobić, jest zadbanie o skrupulatne nawadnianie malucha. W trakcie rozwolnienia z organizmu usuwana jest woda i substancje mineralne niezbędne do prawidłowego funkcjonowania. Musimy nauczyć się je uzupełniać. Posłużą do tego specjalne preparaty elektrolitowe. Do tego lekka dieta i czujna obserwacja małego człowieka. Tutaj pomoże czas, odpoczynek i nawadnianie.

Wśród powodów pojawienia się problemów z trawieniem wymienia się także alergie pokarmowe. U małych dzieci to coraz częstszy problem. W takim przypadku biegunka jest może mniej uciążliwa, ale trwa zdecydowanie dłużej. Żeby pozbyć się kłopotu i ulżyć dziecku, musimy bacznie obserwować jego dietę i odkryć, po których produktach zaczynają się dolegliwości. I wykluczyć z jadłospisu to, co szkodzi szkrabowi.

Do groźniejszych przyczyn powstawania biegunki należą bakterie – salmonella, shigella lub czerwotka. Najczęściej towarzyszą im: ostre rozwolnienie, gorączka i bolesne skurcze jelit. Przy takich objawach należy udać się do lekarza. Bo tu na pytanie o to, co na biegunkę u dziecka stosować, odpowiedzieć może tylko specjalista.

W każdym z tych przypadków najważniejszą rzeczą, o której musi pamiętać każdy opiekun, jest nawadnianie. Brak odpowiedniej ilości płynów oraz minerałów potrzebnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu może się skończyć nawet pobytem w szpitalu. A tego wszyscy przecież chcemy uniknąć.

Rysunek: [Conmongt](#) (CC0)

Źródło: [Sekrety-Zdrowia.org](#)