

Déshydratation – Soins pédiatriques

QU'EST-CE QUE LA DIARRHÉE?

La diarrhée peut être causée par la présence d'un virus ou d'une bactérie dans les intestins de votre enfant, ce qui rend ses selles plus molles et plus fréquentes qu'à l'habitude. La diarrhée est bénigne si un enfant qui a quelques selles molles. La diarrhée est grave si les selles sont liquides.

Lorsque votre enfant a la diarrhée, il est important de veiller à ce qu'il ne perde pas trop d'eau. Si votre enfant présente les symptômes suivants, il pourrait être déshydraté :

- bouche sèche et collante :
- pleurs sans production de larmes;
- aucune production d'urine depuis plus de huit heures (12 heures chez un enfant d'un an ou plus);
- urine foncée.

En traitant la diarrhée et en remplaçant les liquides et les électrolytes perdus, vous empêcherez votre enfant de se déshydrater.

QU'EST-CE QUI CAUSE LA DIARRHÉE?

La diarrhée est habituellement provoquée par une infection virale. Elle peut aussi être causée par des bactéries ou des parasites. Une allergie alimentaire ou la consommation d'une grande quantité de jus de fruits peut aussi en être responsable. Les antibiotiques peuvent perturber l'équilibre naturel des bactéries dans le tube digestif et, par conséquent, provoquer la diarrhée.

DE QUOI DEVRAIS-JE NOURRIR MON ENFANT?

Faites boire davantage votre enfant et modifiez son régime alimentaire : c'est ce qui fonctionne le mieux. Remarque : Une seule selle molle ne veut rien dire. Ne modifiez pas le régime alimentaire de votre enfant avant qu'il en ait eu plusieurs. Si votre enfant vomit également, suivez les conseils sur la réhydratation orale.

CONSEILS RELATIFS AUX SOINS À PRODIGUER À VOTRE ENFANT

SOINS POUR UNE DIARRHÉE AQUEUSE (GRAVE)

- **Si votre bébé a moins d'un an et est allaité au biberon**
 - Donnez à votre bébé sa préparation pour nourrissons plus souvent que vous ne le feriez normalement et autant qu'il le souhaite. Les liquides préviennent la déshydratation.
 - Donnez à votre bébé à la fois une solution orale de réhydratation comme Pedialyte et sa préparation pour nourrissons pendant de quatre à six heures.
 - Après cette période, ne continuez à lui donner à la fois une solution de réhydratation orale telle que Pedialyte et sa préparation pour nourrissons que si son urine devient foncée ou peu fréquente.
 - Si votre bébé a plus de six mois, continuez à lui donner des céréales de riz et des bananes en purée.
- **Si votre bébé a moins d'un an et est allaité au sein**
 - Donnez-lui la tétée plus fréquemment.
 - Si votre bébé a plus de six mois, continuez à lui donner des céréales de riz et des bananes en purée.
 - Ne continuez à lui donner une solution orale de réhydratation comme Pedialyte entre les tétées que s'il n'urine pas aussi souvent que d'habitude ou si son urine est foncée.
- **Si votre enfant a plus d'un an**
 - Donnez-lui des céréales sèches, des graines, du pain, des craquelins, du riz, des pâtes et de la purée de pommes de terre. Le yogourt est également bon pour la diarrhée.
 - Donnez-lui de l'eau ou du Gatorade dilué à moitié comme principaux liquides pendant six heures s'il mange de la nourriture solide.
 - Avertissement : Si votre enfant ne veut pas manger de la nourriture solide, donnez-lui du Pedialyte (solution orale de réhydratation), du lait ordinaire ou une préparation pour nourrissons plutôt que de l'eau.

SOINS POUR UNE DIARRHÉE BÉNIGNE

- Vous pouvez continuer de donner à votre bébé sa préparation pour nourrissons. Faites boire aux enfants plus âgés une plus grande quantité d'eau et de lait.
- Évitez tous les jus de fruits.
- Donnez à votre enfant des céréales sèches, des graines, du pain, des craquelins, du riz, de la purée de pommes de terre et des pâtes.
- Si votre enfant a plus de 12 mois, donnez-lui de 60 à 180 mL (de 2 à 6 onces) de yogourt nature deux fois par jour pour ajouter une source de probiotiques à son alimentation.

DANS QUELLES CIRCONSTANCES DEVRAIS-JE CONSULTER UN FOURNISSEUR DE SOINS DE SANTÉ?

CONSULTEZ UN FOURNISSEUR DE SOINS DE SANTÉ IMMÉDIATEMENT si votre enfant :

- n'a pas uriné au cours des huit dernières heures (12 heures pour des enfants de plus d'un an), a la bouche très sèche ou pleure sans produire de larmes;
- présente des symptômes nécessitant une réhydratation orale depuis plus de quatre heures s'il a moins d'un an;
- produit des selles teintées de sang;
- a eu plus de huit selles au cours des huit dernières heures;
- produit des selles aqueuses ET vomit d'une manière répétée;
- se comporte comme s'il était très malade.

CONSULTEZ UN FOURNISSEUR DE SOINS DE SANTÉ DURANT LES HEURES DE BUREAU si votre enfant :

- a du mucus ou du pus dans les selles;
- a de la fièvre depuis plus de trois jours;
- présente une diarrhée bénigne depuis plus de deux semaines;
- vous préoccupe pour d'autres raisons.

Si vous n'avez pas encore communiqué avec nous, appelez Health Links – Info Santé pour discuter avec une infirmière des symptômes de votre enfant. N'hésitez pas à nous rappeler si un changement survient dans l'état de votre enfant et qu'une réévaluation est nécessaire ou si vous avez des questions ou des préoccupations.

Contenu rédigé par Barton D. Schmitt, médecin et auteur de My Child Is Sick!, American Academy of Pediatrics Books. Publié par RelayHealth.

© Dr Barton D. Schmitt, FAAP, 1986-2017. Tous droits réservés.

Contenu révisé en avril 2018 par Health Links – Info Santé, Centre provincial de communication en matière de santé.

Le contenu de la présente publication est revu périodiquement et peut être modifié lorsque de nouveaux renseignements de santé deviennent accessibles. L'information présentée, à visée informative et éducative, ne peut en aucun cas se substituer à une évaluation, à un conseil ou à un diagnostic médical, ni à un traitement prodigué par un fournisseur de soins de santé.