

SAVJETI ZA RODITELJE O POSTUPKU S DJETETOM OBOLJELIM OD AKUTNOG PROLJEVA



Proljev u većini slučajeva uzrokuju virusi, no to mogu biti i bakterije i paraziti. Stoga je potrebno paziti na higijenu u pripremi hrane za dijete, postupku hranjenja i njezi djeteta kako bi se spriječio nastanak bolesti i širenje zaraze.

SIMPTOMI PROLJEVA

Povećan broj vodenih stolica, neugodan miris, moguće primjese sluzi i krvi
Uz proljev dijete često ima i povišenu temperaturu

POSljedICE PROLJEVA

Gubitak tekućine iz organizma (dehidracija) na koju upućuju:

- Gubitak tjelesne težine
- Uvučena fontanela (nesrašteni dio kosti glave) kod dojenčeta
- Smanjena napetost te mlohavost kože i tkiva
- Suh jezik, oskudnije mokrenje, pojačana žeđ i ubrzano disanje
- Upale oči, dijete je žedno, ali svaki gutljaj povraća, visoka temperatura

OPREZ

Gubitak težine do 5 % upućuje na lakšu, a više od toga na srednju i tešku dehidraciju

SAVJETI ZA RODITELJE O POSTUPKU S DJETETOM OBOLJELIM OD AKUTNOG PROLJEVA



KAKO MOŽETE POMOĆI DJETETU

- Dajte djetetu da pije što više **tekućine** čim se pojavi proljev, kako ne bi dehidriralo
- Pazite da dijete ne pije veliku količinu tekućine odjednom, već mu je dajte **postupno u manjim količinama**, kako ne bi došlo do povraćanja
- Djetetu možete po potrebi dati oralnu rehidracijsku sol (ORS) koju prethodno pripremite po uputi proizvođača, te dajte djetetu na žličicu ili na čašu
- Dojeno dijete treba nastaviti **dojiti i to što češće** jer majčino mlijeko i hrani i rehidrira
- Dijete koje jede krutu hranu treba nastaviti **normalno hraniti**, uz izbjegavanje teške hrane (poput masnog, prženog, pohanog i sl), kao i sirovog voća i povrća
- **Preporučena hrana** za stariju dojenčad i malu djecu: uz mlijeko (majčino ili adaptirano) žitarice, žitne kaše, kuhano povrće, kuhano nemasno meso, riba, krumpir i tjestenina, uz mali dodatak ulja i soli
- **Ne preporuča se** davanje gaziranih napitaka, slatkih čajeva, voćnih sokova



**U SLUČAJU DEHIDRACIJE
DIJETE OBAVEZNO
ODVEDITE LIJEČNIKU**

SAVJET

Uvijek imajte ORS u vašoj kućnoj apoteci ili ako idete na put. Važno je djetetu dati ORS čim dobije proljev, prije posjeta liječniku!