



Solutions de réhydratation orales

Elles sont en vente en pharmacie, en formulation liquide, en gélatine ou en poudre à diluer dans l'eau selon les indications figurant sur l'emballage : comme elles contiennent des sels, elles sont plus appréciées froides.

Les solutions de réhydratation orales font partie des médicaments indispensables dans la trousse à pharmacie.

Éviter l'eau, les boissons sucrées, les jus de fruits, les boissons en général car ils ne contiennent pas les sels minéraux nécessaires qui sont évacués avec la diarrhée.

Avant d'appeler le Pédiatre, observer :

- Le nombre et les caractéristiques des vomissements (*couleur, présence de mucus ou de sang, s'ils sont projetés, s'ils sont précédés de pâleur et/ou de nausées, s'ils sont déclenchés par la toux*).
- Le nombre, la quantité, la couleur et la consistance des selles.
- Vérifier si l'enfant urine (*vérifier que les couches sont mouillées*), s'il a les larmes aux yeux lorsqu'il pleure, s'il a sommeil ou si au contraire il veut jouer.

- Vérifier que l'enfant continue à boire fréquemment la solution de réhydratation orale à petites gorgées et par la suite également de l'eau naturelle.

Il est normal que l'enfant ait peu d'appétit pendant quelques jours : **il est important qu'il continue à boire !**

Il est très utile de connaître le poids le plus récent de l'enfant.

Quand se rendre aux Urgences ?

- **Si les vomissements sont si intenses et continus qu'ils ne permettent pas à l'enfant de boire les solutions de réhydratation.**
- Si l'enfant a une faible réactivité, a tendance à s'endormir, urine moins (signe d'un état de déshydratation sévère), refuse de boire
- Si les vomissements sont verdâtres ou contiennent du sang (normalement ils peuvent être transparents ou jaunâtres).
- **Si l'enfant est âgé de moins de 6 mois et a des vomissements et/ou diarrhées répétés (les nouveaux-nés et les nourrissons peuvent se déshydrater plus facilement).**
- Si les selles contiennent du sang en quantité importante et/ou répétée.

Vomissements et diarrhée (gastro-entérite)

Livret d'information rédigé par et pour les Pédiatres généralistes et les Pédiatres hospitaliers de l'Azienda USL-IRCCS de Reggio Emilia



Introduction

Les vomissements et la diarrhée sont des symptômes très courants chez les enfants et peuvent survenir séparément ou ensemble.

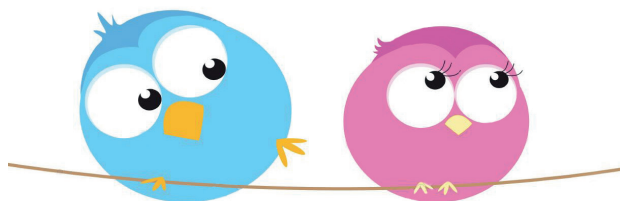
En cas d'infection gastro-intestinale (gastro-entérite), les vomissements surviennent habituellement en premier, généralement associés à des maux de ventre et/ou de la fièvre.

En général, les vomissements disparaissent après 6/8 heures, alors que la diarrhée peut durer jusqu'à 3-5 jours. La **déshydratation** (perte excessive de liquides) est la complication la plus redoutable et dangereuse d'autant plus si l'enfant est jeune.

Le traitement le plus important est la **réhydratation orale**, qui doit être entreprise le plus tôt possible avec **des solutions de réhydratation orales**.

Plus l'enfant en boit, mieux c'est.

Il faut reprendre le plus tôt possible le régime habituel avec des aliments simples en évitant les aliments gras.



QUE FAIRE ?

En cas de vomissements

- Si l'état général de l'enfant est bon et qu'entre deux épisodes il se comporte normalement, on peut attendre car il s'agit souvent d'un phénomène observé seulement durant les premières heures d'une maladie fébrile et limité à quelques épisodes.
- Environ 30 minutes après l'épisode de vomissement, commencer la réhydratation orale. Proposer de petites quantités de solution de réhydratation froide (plus appréciée car un peu moins salée) : 5 ml (soit une cuillère à café) toutes les 5 minutes puis augmenter progressivement la dose selon la tolérance de l'enfant.
- Si l'enfant est nourri au sein ou au biberon, continuer avec des tétées plus petites et plus fréquentes.
- Suspendre l'alimentation pour laisser « *reposer* » l'estomac 2 à 3 heures après le début des vomissements. Recommencer à donner à manger à l'enfant s'il en a envie et ne vomit plus depuis au moins 3-4 heures, en lui proposant de petites quantités d'aliments secs, légers et *simples* (*éviter les aliments gras ou transformés qui sont difficiles à digérer*).
- Les médicaments anti-vomitifs, généralement inefficaces, ne doivent pas être administrés sans l'avis du médecin.

En cas de diarrhée

- Le remède principal consiste à administrer des solutions de réhydratation orales pour compenser les pertes de liquides et de sels minéraux et à continuer l'alimentation habituelle avec de petites quantités de nourriture si l'enfant en a envie.
- L'allaitement maternel ne doit jamais être interrompu et le lait artificiel doit être maintenu à sa concentration normale. Chez les nourrissons, il peut être utile de proposer des repas plus petits et plus fréquents, en alternant toujours avec une solution de réhydratation orale.
- Ne pas donner à boire de liquides sucrés (par exemple des jus de fruits ou du thé sucré). Laver souvent les mains pour réduire le risque de contagion.
- L'automédication avec des médicaments antidiarrhéiques ou des antibiotiques est fortement déconseillée (*la plupart du temps inutiles, ils sont déconseillés chez les enfants en raison du risque d'effets secondaires*) : ces médicaments doivent, le cas échéant, être prescrits par le médecin.