



GASTROENTERITISA

ZER DA GASTROENTERITISA?

Gastroenteritis akutua edo beherakoa duten gaixoen eginkariak ohi baino trinkotasun gutxiagokoak dira, edo ohi baino maizago agertzen dira (3 aldiz edo gehiago 24 ordutan). Gainera, gorakoa, abdomeneko mina eta/edo sukarra ager daitezke ere. 1-2 aste baino gutxiago iraun ohi du.

Kausa nagusia birusak dira (gure inguruan errotabirusa da ohikoena), eta, maiztasun txikiagoarekin, bakterioak. Oso ohikoa da haurtzaroan.

ZER EGIN DEZAKEZU ETXEAN?

Tratamenduak hiru oinarri ditu:

Haurra ondo hidratatzea:

- Likidoak maiz eskaini behar zaizkio. Haurrak eskatzen dituen guztietan eman, bereziki libratze handien ondoren. Ahotik berriz hidratatzeko soluzio hipotonikoak erabili (botikako serumak).
- Haurrak hartzen duen guztiak botatzen badu, seruma tarteka eman behar zaio (5-10 minutuan behin), eta kantitatea handitu behar da era progresiboan ondo hartzen doan heinean.
- Likidoak botatzen ez dituenean, eskaini janaria zati txikitik, behartu gabe, janarien artean likidoak ematen jarraituz.
- EZ ERABILI ETXEKO SOLUZIOAK (LIMONADA ALKALINOA, FRESKAGARRIAK, KIROLARIENTZAKO EDARIAK) gastroenteritisaren eraginez galdutako likidoak berriz hartzeko.

Elikadura:

- Ez da beharrezkoa baraualdirik egitea ez dieta aldatzea. Janaria eskaini behartu gabe. Oro har, gastroenteritisa duten haurrek gose gutxiago izaten dute.
- Haurrak bularra hartzen badu, jarraitu bularra ematen, hartualdi-kopurua handituz. Ez da beharrezkoa biberoietakoko formula disolbatzea, ezta esne bereziak erabiltzea ere.
- Oro har, eskaini bere ohiko janaria, behartu gabe. Dieta lehorgarria ez da beharrezkoan, hauek dira hoberen hartzen dituzten jakiak: zerealak (arroza, garia), patata, ogia, koiperik gabeko haragia, barazkiak, arraina, jogurta eta fruta. Saihestu beharrekoak dira elikagai gozoak eta koipetsuak.

Ez eman beherakoaren edo gorakoaren kontrako medikamenturik aurrez pediatriari galdetu gabe.





NOIZ GALDETU BEHAR DIOT PEDIATRARI?

Gurasoen kezka nagusia haurra deshidratatzea da. Komenigarria pediatrari zer egin galdetzea:

- Gorako asko badu, elikagai solidoak eta likidoak hartzen ez baditu, edo ezer hartu ez arren gorakoa badu.
- Gorakoak berdeak badira, odola badute edo kafe-hondarren itxura badute.
- Umea goibel edo erdi lo badago, egarri asko badu, malkorik gabe negar egiten badu, gernu gutxi egiten badu, begiak sartuak badauzka.
- Eginkari oso likidoak eta ugariak maiz egiten baditu eta ezin baditu likidoak galtzen dituen erritmo berean edan.

NOLA PREBENTIU DAITEKE?

Beherakoa eragiten duten infekzioen transmisioa prebenitzeko higieneko neurririk garrantzitsuena eskuak garbitzea da, bai haurrarenak bai zaintzailearenak.

Ez dira eskolara edo haurtzaindegira itzuli behar eginkariak berriz ere normalak izan arte.

