

Dětské oddělení: prim. MUDr. Michael Richter, tel: 317 756 266

Postup při ošetřování dítěte s průjmem

Léčba závisí na věku dítěte a závažnosti průběhu nemoci. Základem jsou dietní opatření. Liší se podle věku a podle toho, zda je dítě kojeno.

Kojení nepřerušujeme. Mateřské mléko ochraňuje střevní sliznici a pomáhá jí zbavit se původce průjmu. Zvýšené ztráty tekutin, ke kterým při průjmu dochází, doplňujeme rehydratačním roztokem, který lze běžně zakoupit v lékárně (např. rehydratační roztok Kulíšek aj.). Roztok se podává průběžně v mezidobí mezi kojeními. Podáváme ho vlažný, po malých dávkách (po lžičkách). Nelze ho ochucovat šťávami nebo džusy.

U **nekojeného** dítěte je vhodné, dle závažnosti průjmu, podávat rýžový odvar, či připravit mléko místo ve vodě v rýžovém odvaru. Ztráty tekutin přitom doplňujeme průběžně rehydratačním roztokem.

Starší kojeneček, zvyklý na nemléčné příkrmy, může při průjmu dostávat zeleninovou polévku, rýžovou nebo bramborovou kaši z vody, banánové či jablečné pyré, strouhané jablko bez slupky a jader, rýži s libovým masem. Jídlo nesmí být tučné.

U **dítěte staršího 1 roku** věku přecházíme na mixované brambory, jablečné, mrkvové, banánové pyré, rýži s drůbežím masem, housky, rohlíky, suchary, starší pečivo. Základem diety je tedy opět omezení tuků. Mléko a mléčné výrobky podáme až při normalizaci kvality stolice.

- Ztráty tekutin doplňujeme **rehydratačním roztokem**.
- Střevní mikroflóru uvedeme do rovnováhy použitím **probiotik pro děti**.

Jak připravit rýžový a mrkvový odvar?

Rýžový odvar:

Potřebujeme: 2,5 dkg rýže, 500 ml vody vhodné pro kojence.

Postup: Rýži rozvaříte doměkka a rozmixujete. Převařenou vodou doplníte do 500 ml. Rýžový odvar můžete osladit 2 dkg Glukopuru (hroznového cukru). Rýžový odvar lze připravit také z instantní nemléčné rýžové kaše.

Mrkvový odvar:

Potřebujeme: 1 středně velká karotka (mrkev musí být čerstvá s nízkým obsahem dusičnanů!), 500 ml vody vhodné pro kojence.

Postup: karotku nastrouhejte najemno a rozvařte (asi 30 min). Rozmixujte a doplňte převařenou vodou do 500 ml. Ničím neochucujte.

Mrkvový odvar lze kombinovat s rýžovým. V lékárnách i v některých obchodech je k dostání např. roztok Hipp ORS 200 s přísadkou mrkve a rýže pro kojence od 4. měsíce.

! Pozor na oblíbenou coca-colu, džusy apod. – sladké nápoje nejsou pro svůj vysoký obsah cukru k léčbě průjmu vhodné a mohou ho ještě zhoršit.