



Beste ouders,

Uw kind werd zojuist gezien omwille van diarree die plots ontstaan is, al dan niet met braken. De arts diagnosticeerde een **acute gastro-enteritis** (= een maag-en darmontsteking of buikgriep). Deze brief werd opgesteld om u nog enkele praktische richtlijnen te geven voor verdere opvolging thuis.

#### Wat is een acute gastro-enteritis?

Dit is een maagdarmonsteking of buikgriep, een infectie van het maag-darmkanaal die meestal door een virus wordt veroorzaakt.

#### Wat zijn de klachten?

- De belangrijkste klacht is diarree (zeer frequente dunne lopende ontlasting).
- Daarnaast kan ook braken, koorts, krampen en een verminderde eetlust optreden.
- Het belangrijkste gevaar bij gastro-enteritis is **uitdroging**. Tekenen van uitdroging kunnen zijn:
  - o zeer dorstig zijn
  - o droge lippen en mond, diepliggende ogen
  - o minder plassen
  - o geen tranen bij huilen
  - o koude handen of voeten
  - o minder alert zijn, verward zijn, moeilijk wakker te krijgen

#### Adviezen bij braken en/of diarree:

- Het belangrijkste advies is: laat uw kind **vaak drinken** om uitdroging te voorkomen.
- U biedt hiervoor best **kleine hoeveelheden** te drinken aan.
- Gebruik bij voorkeur géén frisdranken, aangezien sterk gesuikerde dranken de diarree in stand kunnen houden. Kies voor water, bouillon, soep. De beste drank om uitdroging te bestrijden is "orale rehydratie oplossing" of "ORS" (*ORS, gastrolyte®, Orisel®, Soparyx®, Care plus ORS*) een mengsel van zout met een bepaalde hoeveelheid suiker in water waardoor de vochtopname doorheen de darmwand bevordert wordt.
- Los ORS **nooit** op in melk of fruitsap, **steeds** in water. Wanneer ORS zakjes in water opgelost worden, respecteer dan steeds de gebruiksaanwijzing op de verpakking (vb. 1 zakje op 200 ml water of 1 zakje op 500 ml water)
- Hou er rekening mee, dat bij diarree de vocht behoefte gestegen is, en er dus extra te drinken moet aangeboden worden. Bij kinderen jonger dan 2 jaar, wordt voorgesteld om 50 – 100 ml ORS extra te geven per pampers met waterige diarree zodat uitdroging voorkomen wordt. OF 10ml/kg lichaamsgewicht per diarreepampers
- Eens uw kind zich beter voelt, en niet meer braakt, kan de gewone voeding herstart worden, meestal starten we terug met melkvoeding. Een speciaal dieet is niet nodig.
- Een gastro-enteritis is **besmettelijk**. Was de handen dus steeds na toiletbezoek, een luierswissel en voor het behandelen van voedsel.

#### Medicatie bij een acute gastro-enteritis:

Medicatie is over het algemeen niet zinvol.

Indien snel gestart, kunnen bepaalde probiotica (zoals *Enterol®, Imutis® en Bactiol®*) gemiddeld 1 dag ziekte winst geven. Ook *Tiorfix® baby/kind* kan toegediend worden (op advies van uw arts bij een virale maag-darmonsteking) en kan een beperkte ziekte winst geven. Beide medicaties zijn slechts zinvol als de vocht-inname



van uw kind nog voldoende is.

Bij koorts mag een koortswerend middel (bij voorkeur paracetamol *dafalgan®* of *perdolan®*) gegeven worden. Geef geen ibuprofen (*perdophen®* of *nurofen®*) indien uw kind minder drinkt of eet.

#### Hoe verloopt het nu verder?

De ziekte is **zelflimiterend**, dit wil zeggen dat er vanzelf genezing volgt op voorwaarde dat er geen uitdroging optreedt. Gemiddeld duurt het 2 à 3 dagen vooraleer de stoelgangsfrequentie afneemt.

Het kan echter tot twee weken duren vooraleer de stoelgang opnieuw de normale consistentie heeft (zo lang kan dus nog af en toe een dunne stoelgang voorkomen)

#### Wanneer neemt u contact op met een arts?

- Indien er tekenen zijn van uitdroging
- Indien de stoelgangsfrequentie na 3 dagen niet vermindert
- Als er na 3 dagen nog steeds koorts is
- Indien er bloed bij de stoelgang is
- Als uw kind niet wil drinken

Wij wensen uw kind een voorspoedig herstel toe.

Kinderartsen AZ Sint-Jan Brugge-Oostende

