

## Τα λάθη που κάνουμε στην αντιμετώπιση της γαστρεντερίτιδας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτο:hellomama.com.cy

Με επιδημία γαστρεντερίτιδας βρίσκεται αντιμέτωπη η χώρα μας τις τελευταίες εβδομάδες και στο προσκήνιο έχουν έρθει παλιές αντιλήψεις για την αντιμετώπισή της, οι οποίες όχι μόνο δεν βοηθούν τους ασθενείς, αλλά μπορεί και να επιδεινώσουν ή να παρατείνουν τα συμπτώματά της.

Τακτικές όπως το να χορηγούνται στο παιδί (ή στον ενήλικα) αμέσως μετά τον έμετο υγρά, ζαχαρόνερο «για να αποφύγει την υπογλυκαιμία» ή χαμομήλι «για να ηρεμήσει το στομάχι του» είναι μερικά από τα συνηθέστερα λάθη που κάνουν οι γονείς, κατά την παιδίατρο δρ Αννα Παρδάλη, επιμελήτρια στο Νοσοκομείο Ιαώ Παίδων.

Όπως εξηγεί, ο έμετος αποτελεί το πιο οξύ και επείγον σύμπτωμα της γαστρεντερίτιδας, διότι όταν παρατείνεται δεν επιτρέπει στον οργανισμό την ενυδάτωση από το στόμα και την αποκατάσταση των υγρών που χάθηκαν, με συνέπεια να οδηγεί στην αφυδάτωση.

Μπροστά σε αυτό το ενδεχόμενο, «ένα συνηθισμένο λάθος που κάνουν οι γονείς είναι να βιάζονται να δώσουν υγρά στο παιδί αμέσως έπειτα από κάθε έμετο» λέει. «Όμως το αντανakλαστικό του εμέτου που έχει διεγερθεί λόγω της ίωσης, διεγείρεται ακόμα περισσότερο όταν αναγκάζεται το στομάχι να λειτουργήσει αμέσως. Έτσι, με την τακτική αυτή αυξάνουμε τον αριθμό των εμέτων και κατ' επέκταση την πιθανότητα να καταλήξει το παιδί στο νοσοκομείο».

Τι πρέπει να κάνουν οι γονείς; «Έπειτα από κάθε έμετο να περιμένουν τουλάχιστον 1 - 2 ώρες για να δουν αν το παιδί θα κάνει άλλο», απαντά. «Αν δεν κάνει, μπορούν να προσπαθήσουν να του δώσουν ελάχιστη ποσότητα υγρών (σκέτο νερό ή αναμειγμένο με διάλυμα ηλεκτρολυτών) με πολύ αργό ρυθμό. Αν το παιδί το αντέχει, σταδιακά μπορεί να αυξηθεί η ποσότητα. Αν όμως ξανακάνει έμετο, η προσπάθεια ενυδάτωσης πρέπει να διακοπεί και να επαναληφθεί έπειτα από 1 - 2 ώρες».

Η διαδικασία αυτή μπορεί να επαναληφθεί μία - δύο φορές ακόμα, αναλόγως βέβαια και με τον αριθμό των εμέτων που έχουν προηγηθεί. Σε κάθε περίπτωση, αν περάσουν 24 ώρες και το παιδί δεν έχει λάβει καθόλου υγρά, θα πρέπει να εξεταστεί από γιατρό σε νοσοκομείο ακόμα κι αν έχει κάνει λίγους εμέτους (τρεις ή τέσσερις), διότι έχει ήδη υποστεί κάποια μικρή αφυδάτωση.

Στο νοσοκομείο θα πρέπει να μεταφερθεί για εκτίμηση και ένα παιδάκι που κάνει 5 - 10 εμέτους σε ένα 24ωρο, διότι «αυτή είναι μία οριακή κατάσταση, ιδίως για τα βρέφη και τα μικρά παιδιά ηλικίας έως 5 ετών» προσθέτει η δρ Παρδάλη.

Και συνεχίζει: «Πολλοί γονείς ρωτούν ποιος είναι ο αριθμός των εμέτων που θα τους οδηγήσει στο νοσοκομείο, αλλά αυτό εξαρτάται από τον οργανισμό κάθε παιδιού (μερικά αφυδατώνονται με μόλις τρεις ή τέσσερις) και το αν έχει ταυτοχρόνως διάρροιες ή πυρετό, διότι αυτά τα συμπτώματα προσθέτουν στοιχεία αφυδάτωσης».

Αυτό που δεν πρέπει να κάνουν οι γονείς, είναι να δώσουν στο παιδί πολλή ζάχαρη, είτε με τη μορφή του ζαχαρόνερου είτε με αναψυκτικά τύπου κόλα. «Η πολλή ζάχαρη εντείνει τη διάρροια επειδή επιδρά στον βλεννογόνο του εντέρου» λέει η δρ Παρδάλη.

«Ούτε μαύρο τσάι πρέπει να δώσουν στα παιδιά, διότι περιέχει διεγερτικές ουσίες και αντενδείκνυται στην παιδική ηλικία, ενώ ακόμα και το χαμομήλι, που θεωρείται καταπραϋντικό, πρέπει να αποφευχθεί διότι επίσης μπορεί να επιδεινώσει τη διάρροια. Μάλιστα η μαλακτική του δράση στα κόπρανα είναι ο λόγος για τον οποίο χορηγείται στα βρέφη με κολικούς».

Στα παιδιά πρέπει να αποφεύγεται και η χορήγηση αντιδιαρροϊκών και αντιεμετικών φαρμάκων για την καταπράυνση των συμπτωμάτων της γαστρεντερίτιδας, καθώς και η λήψη αντιβιοτικών, διότι αυτή την εποχή οι γαστρεντερίτιδες οφείλονται σε ιούς τους οποίους δεν επηρεάζουν τα αντιβιοτικά.

Το άλλο κλασικό σύμπτωμα της γαστρεντερίτιδας, οι διάρροιες, είναι κατά κανόνα πιο εύκολα αντιμετωπίσιμες, διότι η δίαιτα (αποφυγή φρούτων, λαχανικών, οσπρίων, βαριά μαγειρεμένων φαγητών και σε ορισμένες περιπτώσεις γαλακτοκομικών), σε συνδυασμό με χορήγηση άφθονων υγρών κατά προτίμηση μαζί με ηλεκτρολύτες, βοηθά αρκετά, διευκρινίζει η δρ Παρδάλη.

Και καταλήγει: «Αν και οι συστάσεις αυτές αφορούν τα παιδιά, εν πολλοίς ισχύουν και για τις υπόλοιπες ηλικιακές ομάδες, με εξαίρεση ίσως το τσάι στους ενήλικους, το οποίο δεν θα τους βλάψει. Πάντως προτιμότερο είναι το πράσινο τσάι ή το τσάι του βουνού από το μαύρο».

*Ρεπορτάζ: Ρούλα Τσουλέα*

**Πηγή :** [TA NEA Ένθετο Υγεία- ygeia.tanea.gr](http://TA.NEA.Ενθετο.Υγεία-ygeia.tanea.gr)