

TRAITEMENT DE LA GASTROENTÉRITE POUR LES ENFANTS DE 0 À 1 AN

GASTROENTÉRITE :

La gastroentérite est une infection du système digestif qui se manifeste par des selles plus fréquentes et plus liquides qu'à l'habitude ou seulement des vomissements. L'enfant peut également faire de la fièvre. La gastroentérite peut durer de quelques heures à quelques jours et est contagieuse.

Comme elle est souvent causée par un virus, AUCUN MÉDICAMENT N'EST UTILE. La diarrhée et les vomissements occasionnent une perte d'eau et de sels minéraux, ce qui peut entraîner la déshydratation. **La priorité est de faire boire l'enfant plus souvent afin de prévenir la déshydratation.**

SYMPTÔMES DE LA DÉSHYDRATATION:

- Urines moins fréquentes et plus foncées (moins de 4 couches mouillées/24 h).
- Augmentation de la soif.
- Absence de larmes.
- Sécheresse de la bouche et de la langue.
- Yeux cernés et enfoncement de la fontanelle.

La déshydratation peut être très dangereuse surtout chez les bébés et jeunes enfants.

SI VOTRE ENFANT PRÉSENTE DES SIGNES DE DÉSHYDRATATION, CONSULTEZ LE MÉDECIN RAPIDEMENT.

PRÉVENTION :

La gastroentérite se transmet facilement d'une personne à l'autre. De simples mesures d'hygiène aident à prévenir sa transmission:

BIEN SE LAVER LES MAINS (PETITS ET GRANDS) :

- après chaque changement de couche;
- après être allé à la toilette;
- avant de préparer et de manger des aliments.
- redoubler de propreté lors de la préparation des biberons et des tétines de votre bébé.

SOLUTIONS D'ÉLECTROLYTES :

La solution d'électrolytes remplace l'eau et les sels minéraux perdus dans les selles et les vomissements. Votre enfant peut l'absorber même s'il vomit. Un enfant déshydraté refuse rarement une solution d'électrolytes.

Si votre bébé vomit ou s'il est allaité et refuse de téter, il est essentiel d'offrir une solution d'électrolytes afin de prévenir la déshydratation. Les bébés de moins de 1 an sont particulièrement à risque.

Vous trouverez ces solutions en pharmacie en liquide prêt à servir (Pedalyte® ou Pediatric Electrolyte®) et en poudre à dissoudre dans de l'eau bouillie.

ATTENTION : NE JAMAIS diluer une solution d'électrolytes avec du jus pour améliorer son goût.

SOLUTION DE RÉHYDRATATION MAISON :

(À utiliser **EXCEPTIONNELLEMENT** en attendant l'ouverture de la pharmacie.)

- 360 ml (12 oz) de jus d'orange 100 % pur non sucré
- 600 ml (20 oz) d'eau bouillie refroidie
- 2,5 ml (½ c. à thé rase) de sel, **JAMAIS PLUS**

** Il est **TRÈS IMPORTANT** de respecter à la lettre les quantités et d'utiliser une cuillère ainsi qu'une tasse à mesurer appropriées. Lorsque cette recette n'est pas préparée avec précision, elle peut occasionner la déshydratation. Pour cette raison, la solution maison devrait être utilisée seulement pour dépanner.

Selon les symptômes présentés par votre enfant (***AVEC ou SANS vomissements***), son âge et son alimentation habituelle (ex. : a-t-il commencé à manger ou est-il exclusivement allaité), les recommandations seront légèrement différentes. Consultez le tableau vous concernant dans les pages suivantes.

LE SEUL TRAITEMENT QUI S'APPLIQUE À TOUS LES ENFANTS :

Offrir régulièrement une solution d'électrolytes mais peu à la fois et augmenter graduellement la quantité, selon la tolérance de l'enfant.

**TRAITEMENT DE LA GASTROENTÉRITE
BÉBÉ DE 0 À 6 MOIS**

DIARRHÉE SEULEMENT	AVEC VOMISSEMENTS
Bébé allaité seulement	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Poursuivre l'allaitement. ▪ Le lait maternel accélère la guérison de la diarrhée. ▪ Si bébé boit peu, offrir le sein très souvent. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Offrir des tétées plus courtes, plus souvent. ▪ Si bébé ne prend pas bien le sein, donner 5 à 10 ml (1 à 2 c. à thé) de solution d'électrolytes chaque 5 à 10 minutes, à la cuillère ou au compte-gouttes.
Bébé nourri au biberon	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Offrir le lait habituel en alternance avec une solution d'électrolytes de la pharmacie. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cesser le lait habituel pendant 4 heures. ▪ Donner 5 à 10 ml (1 à 2 c. à thé) de solution d'électrolytes aux 10 à 15 minutes, pour un total 30 à 90 ml (1 à 3 oz) chaque heure. ▪ Lorsque les vomissements diminuent, augmenter graduellement les quantités de solution et recommencer à lui donner son lait habituel.

**TRAITEMENT DE LA GASTROENTÉRITE
BÉBÉ DE 6 À 12 MOIS**

DIARRHÉE SEULEMENT	AVEC VOMISSEMENTS
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Offrir le lait habituel en alternance avec une solution d'électrolytes. ▪ Offrir à l'enfant son alimentation habituelle : céréales, purée fruits/légumes, etc. ▪ Le riz cuit et écrasé (si l'enfant a débuté les morceaux) semble avoir un effet bénéfique intéressant. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Interrompre l'alimentation habituelle (lait et solides) pendant environ <u>4 heures</u>. ▪ Donner à chaque 5-10 minutes, 5 à 10 ml (1 à 2 c. à thé) de solution d'électrolytes, à la cuillère, au compte-gouttes ou au biberon. ▪ Lorsque les vomissements diminuent, augmenter graduellement les quantités de solution d'électrolytes, puis recommencer à lui donner son lait et ses aliments solides habituels. ▪ Commencer par des aliments plus faciles à digérer (voir prochaine section).

ATTENTION

- Le retour à l'alimentation normale dans les 4 à 12 heures favorise la guérison.
- Ne pas dépasser 12 à 18 heures avec l'alimentation liquide seulement (c'est-à-dire sans lait, ni aliment).
- Si l'état de votre bébé ou de votre enfant se détériore, consultez un médecin.

RETOUR À L'ALIMENTATION NORMALE :

Lorsque le jeune enfant recommence à manger, il est essentiel de lui offrir de très petites quantités de nourriture à la fois pour éviter le retour des nausées.

Pour les premiers repas, favoriser de petits repas fréquents (5-6), faciles à digérer. Si les aliments sont bien tolérés, après 24 heures, on peut offrir les quantités habituelles.

Ces aliments sont habituellement bien tolérés :

- Le riz, le pain blanc, les pâtes, la pomme de terre et les céréales.
- Les fruits et les légumes.
- Viandes maigres (ex. : volaille, poisson).
- Yogourt, fromage doux (ex. : cheddar, mozzarella).

ÉVITER : le jus de pommes (même dilué), le jus de poires, tous les jus sucrés (punch, boissons aux fruits), avec pulpe, le Jell-O®, les boissons gazeuses (même dégazéifiées), les boissons pour sportifs (ex. : Gatorade®) et les bouillons de soupe. Tous ces breuvages contiennent trop de sucre ou de sel et peuvent aggraver la diarrhée.

De plus, éviter les fruits et légumes avec pelure. avec petites graines (ex. : kiwi, petits fruits), les aliments frits et panés ainsi que les aliments très sucrés (ex. : confiture, miel, bonbons, etc.).

LAITS : Offrir le lait habituel de votre enfant. Éviter le lait sans lactose qui n'est pas utile pour guérir la gastroentérite modérée. Les préparations à base de soya ne sont pas recommandées non plus, particulièrement avant l'âge de 6 mois.

Références :

- DORÉ, Nicole et LE HENAFF, Danielle. *Mieux Vivre avec notre enfant- de la grossesse à 2 ans*, Institut national de santé publique du Québec, Édition 2008. p. 506 à 511.
- SOCIÉTÉ CANADIENNE DE PÉDIATRIE, LES DIÉTÉTISTES DU CANADA, SANTÉ CANADA. *La nutrition du bébé né à terme et en santé*, 1998.
- Ordre Professionnel des Diététistes du Québec. *Manuel de nutrition clinique*, accessible en ligne : <http://www.opdq.org>
- SOCIÉTÉ CANADIENNE DE PÉDIATRIE. *Pediatric Child Health*. vol. 11 no 8, octobre 2006.

Adapté par Brigitte Beauregard, Dt. P. à partir du document : « Traitement de la gastroentérite pour les enfants de 0 à 6 mois et plus » de l'Hôpital Ste-Croix », 1996.