

Iðrasýking hjá barni

Upplýsingar fyrir aðstandendur



Þetta fræðsluefni inniheldur ráðleggingar um viðbrögð við iðrasýkingu hjá barni. Iðrasýking er sýking í meltingarvegi sem veldur niðurgangi og uppköstum.

Flest börn þurfa ekki á lyfjum að halda til að ráða við sýkinguna en mikilvægt er að barnið fái nóg að drekka til koma í veg fyrir vökvaskort í líkamanum.

Iðrasýkingar geta orsakast af ýmsum gerðum sýkla en algengast er að um veirusýkingu sé að ræða. Sýklalyfjameðferð getur einnig valdið niðurgangi.

Einkenni

- Lystarleysi
- Slappleiki
- Niðurgangur. Algengast er að hann vari í 5-7 daga.
- Uppköst. Algengast er að þau vari í 1-2 daga.
- Sumum sýkingum fylgja einnig kviðverkir, höfuðverkur og hiti hærra en 38° C.

Meðferð heima

Flest börn hafa ekki lyst á mat þegar þau er með iðrasýkingu. Það er ekki áhyggjuefni ef barnið drekkur vel. Ráðlagt er að nota leiðir sem henta barninu t.d. að gefa með skeið, sprautu, í formi íspinna. Ef barnið kastar upp er gott að gefa því lítið að drekka í einu og oft t.d. nokkra sopa á 5-10 mínútna fresti.

Æskilegir vökvvar

- Vatn.
- Brjóstamjólk eða þurrmjólk.
- Mjólk. Ef kúamjólk veldur versnun á einkennum er ráðlagt að sleppa henni tímabundið.
- Sykursaltvatnslausnir sem eru ætlaðar börnum á öllum aldri og fást í apótekum eru notaðar samhliða öðrum drykkjum. Þær bæta upp vökvatap og innihalda sykur og sölt í réttum hlutföllum. Ráðlagt er að gefa sykursaltvatnslausn eftir uppköst eða niðurgang til að bæta upp vökvatap.

Æskilegt fæði

- Kornvörur s.s. brauð, haframjöl, hrísgrjón, morgunkorn og kex með litlu sykurinnihaldi.
- Ávextir og grænmeti.
- Jógúrt.
- Magurt kjöt.

Forðast á að gefa barni

- Sykraða drykki svo sem ávaxtasafa, gos, íþróttá- og orkudrykki. Of mikill sykur getur aukið niðurgang.
- Fituríkan mat sem erfiðara er að melta á meðan barnið er veikt.
- Lyf sem fást án lyfseðils til að stöðva uppköst og niðurgang.

Smithætta

Iðrasýkingar berast mjög auðveldlega manna á milli og því mikilvægt að hreinlæti sé gott. Best er að takmarka umgengni barns með iðrasýkingu við önnur börn á meðan niðurgangur varir. Æskilegt er að barnið fari ekki í skóla eða daggæslu fyrr en 48 klst. eftir að niðurgangur eða uppköst hættu.

Mikilvægt er að þvo hendur sérstaklega:

- Fyrir mat.
- Eftir salernisferðir eða bleyjuskipti.

Meðferð á sjúkrahúsi

Yfirleitt gengur iðrasýking fljótt yfir og meðferð í heimahúsi nægir. Í stöku tilfellum getur þó þurft að leggja barnið inn á sjúkrahús til frekari meðferðar. Best er fyrir barnið ef hægt er gefa vökva um munn. Ef það sýnir merki vökvaskorts er reynt að gefa sykursaltvatnslausn um munn til að bæta upp vökvatap. Í sumum tilvikum þarf þó að gefa vökva með slöngu ofan í maga eða í æð. Handþvottur er mikilvægur í umgengni við barnið.

Ráðlagt er að leita á bráðamóttöku barna á Hringbraut ef barn:

- Drekkur ekki eða heldur engu niðri.
- Er óvenju ergilegt, sljótt eða sefur mikið.
- Er með mikla kviðverki.
- Er með blóðugan niðurgang.
- Er með grænleit uppköst.
- Sýnir einkenni um vökvaskort:
 - » Slímhúð í munnni er þurr, augu sokkin
 - » Hefur ekki pissað eða bleytt bleyju í 4-6 klst. (yngri börn), 6-8 klst. (eldri börn)
 - » Hendur og fætur eru kaldar