

L'équipe de soins

Vous accueille et vous informe

Urgences Médicales

Docteur ISABELLE CLAUDET, Responsable d'Equipe Médicale

Urgences Chirurgicales

Docteur HOCINE REKHROUKH, Responsable d'Equipe Médicale

Hôpital des Enfants - Niveau 0

330, avenue de Grande-Bretagne - TSA 70034 - 31059 Toulouse Cedex 9

Conseils aux parents

Régime Anti-Diarrhéïque

Enfant de 6 mois à 3 ans

Dès l'apparition de la diarrhée, arrêter le lait, les légumes, les fruits et les matières grasses.

› Premières 24 heures ***Réhydrater votre enfant***

- Utiliser une Solution de réhydratation Orale (SRO), vendue en pharmacie. 7 solutés sont disponibles en France (2002) : Adiaril[®], Alhydrate[®], GES 45[®], Picolite[®], Hydrigoz[®], Viatol[®].
- Respecter la reconstitution : 1 sachet dilué dans 200 ml d'eau peu minéralisée et conservé au réfrigérateur. A utiliser dans les 24 heures suivant la reconstitution.
- Débuter par petites quantités (5 - 10 ml) toutes les une à deux minutes pendant la première heure, puis à volonté secondairement.

› Deuxièmes 24 heures ***Réalimenter votre enfant***

- Cas de l'enfant nourri au sein : poursuivre l'allaitement maternel en alternant les prises de SRO et les tétées.
- Cas de l'enfant nourri avec préparation lactée :
 - reprendre le lait et l'alimentation antérieure,
 - Eviter les aliments riches en fibres (légumes, fruits),
 - Eviter les graisses cuites (fritures),

Associer les aliments ayant des propriétés anti-diarrhéique reconnus :

- Purée** de carottes, de pommes de terre,
- Riz** bien cuit,
- Certains fruits** (banane, pomme)
- Compotes de fruits** (pomme, pomme-banane, pomme-coing)
- Gelée de fruits** (coing, fraise, framboise) : riche en pectine des fruits,
- Viandes maigres** (poisson bouilli, jambon, poulet).

› Troisièmes 24 heures ***Le retour au régime normal peut avoir lieu dans les 3 à 5 jours qui suivent le début de la diarrhée :***

- Les produits laitiers seront réintroduits progressivement sous la forme de petites quantités de lait, de dérivés pauvres en lactose (yaourts et même petits-suisses), ou de petits gâteaux contenant du lait;
- Les légumes verts et les fruits seront réintroduits bien cuits (la cuisson casse les fibres indigestes), sous la forme de soupe ou de fruits au sirop ;
- Les grillades et fritures seront introduites en dernier.

Comité de Nutrition de la société française de pédiatrie

Arch Pédiatr 2002 ; 9 : 610-9.

Hôpital des Enfants

330, avenue de Grande-Bretagne
TSA 70034
31059 Toulouse Cedex 9

Conception

Pôle Spécialisé d'Urgences
Médico-Chirurgicales

Dès l'apparition de la diarrhée, arrêter le lait, les légumes, les fruits et les matières grasses.

› Premières 24 heures ***Réhydrater votre enfant***

- Utiliser une Solution de réhydratation Orale (SRO), vendue en pharmacie. 7 solutés sont disponibles en France (2002) : Adiaril[®], Alhydrate[®], GES 45[®], Picolite[®], Hydrigoz[®], Viatol[®].
- Respecter la reconstitution : 1 sachet dilué dans 200 ml d'eau peu minéralisée et conservé au réfrigérateur. A utiliser dans les 24 heures suivant la reconstitution.
- Débuter par petites quantités (5 - 10 ml) toutes les une à deux minutes pendant la première heure, puis à volonté secondairement.

› Deuxièmes 24 heures ***Réalimenter votre enfant***

- Cas de l'enfant nourri au sein : poursuivre l'allaitement maternel en alternant les prises de SRO et les tétées.
- Cas de l'enfant nourri avec préparation lactée :
 - reprendre le lait et l'alimentation antérieure,
 - Eviter les aliments riches en fibres (légumes, fruits),
 - Eviter les graisses cuites (fritures),

Associer les aliments ayant des propriétés anti-diarrhéique reconnus :

- Purée** de carottes, de pommes de terre,
- Riz** bien cuit,
- Certains fruits** (banane, pomme)
- Compotes de fruits** (pomme, pomme-banane, pomme-coing)
- Gelée de fruits** (coing, fraise, framboise) : riche en pectine des fruits,
- Viandes maigres** (poisson bouilli, jambon, poulet).

› Troisièmes 24 heures ***Le retour au régime normal peut avoir lieu dans les 3 à 5 jours qui suivent le début de la diarrhée :***

- Les produits laitiers seront réintroduits progressivement sous la forme de petites quantités de lait, de dérivés pauvres en lactose (yaourts et même petits-suisses), ou de petits gâteaux contenant du lait;
- Les légumes verts et les fruits seront réintroduits bien cuits (la cuisson casse les fibres indigestes), sous la forme de soupe ou de fruits au sirop ;
- Les grillades et fritures seront introduites en dernier.

Comité de Nutrition de la société française de pédiatrie

Arch Pédiatr 2002 ; 9 : 610-9.

Hôpital des Enfants

330, avenue de Grande-Bretagne
TSA 70034
31059 Toulouse Cedex 9

Conception

Pôle Spécialisé d'Urgences
Médico-Chirurgicales