**Akutní průjem u dětí**

Akutní infekční gastroenteritida je nejčastější příčinou průjmu u dětí. Při průjmu stolice nepříjemně zapáchá a dochází k častějšímu a řidšímu vyprazdňování než obvykle.

* **kojenci:** denně více než pět řídkých stolic,
* **starší děti:** denně více než tři řídké stolice.

## Příznaky

* vodnaté stolice
* nechutenství, nevolnost, zvracení
* horečkou,
* bolesti břicha a hlavy

## Kdy jít ihned k lékaři?

Ve většině případů odezní akutní průjem při dodržení uvedených opatření nebo při terapii doporučené pediatrem do několika málo dní zcela bez problémů.

Pediatra byste měli okamžitě kontaktovat v případě, že pozorujete některý z následujících příznaků:

* dítě odmítá pít,
* dítě trpí průjmem a zvracením zároveň,
* objevuje se stolice s příměsí krve,
* dítě má vysokou horečku a/nebo zároveň bolesti břicha,
* břišní stěna dítěte je zcela napnutá,
* průjem přetrvává u kojenců již 6 hodin, u malých dětí 12 hodin a u dětí školního věku 18 hodin

**Léčba**

**Příjem tekutin a elektrolytů (iontů):**

* Nejde-li o dehydrataci, musejí se doplnit pouze běžné ztráty. K tomu je vhodný např. čaj s trochou soli a cukrem, ale také již připravené čajové směsi z lékárny.
* Kojenci a děti s lehkou až mírnou dehydratací mohou být ve většině případů úspěšně rehydratováni pomocí speciálních pitných režimů (orální rehydratační roztoky, ORR). K této léčbě může docházet po poučení lékařem doma, ambulantně v ordinaci či v nemocnici.
* Děti postižené velmi silným průjmem, tzn. s výraznou dehydratací, narušeným vnímáním a oběhovým šokem se musejí léčit v nemocnici s intenzivní péčí.
* Nevhodné jsou nápoje jako Coca Cola a džusy

**Strava:**

* Kojené děti by během akutního průjmu měly být i nadále kojeny. V kojení by se mělo pokračovat i v případě, že je podáván orální rehydratační roztok (ORR).
* Během a krátce po průjmu je třeba vyvarovat se přechodů na jinou stravu.
* Nekojení kojenci pijí své zavedené kojenecké mléko
* Malé a starší děti s lehkou až středně těžkou dehydratací by měly nejpozději do šesti hodin po započetí rehydratace dostat dietní stravu. Nejlépe začít s odtučněnými jídly z těstovin, brambor nebo rýže, nebo s ovesnou a krupicovou kaší, slanými tyčinkami, chlebem nebo polévkami (např. bramborovou, mrkvovou). Pokud tato jídla nevyzvrací, lze přejít na normální stravu.
* Je třeba vyvarovat se džusů s vysokým podílem fruktózy, sacharózy nebo sorbitu (např. jablečného či hruškového).

**Léky:**

* Vhodná jsou probiotika např. Laktobacily
* Nasazení antibiotik je smysluplné jen ve výjimečných případech

## Prevence

* kojení (i částečné),
* dodržování hygienických opatření, především mytí rukou (hlavně před přípravou jídel, případně při manipulaci s potravinami, před kojením, po návštěvě toalety či po výměně plen),
* vyhýbání se nedostatečně neupravenému masu, jídlům ze syrových vajec (Salmonella) či ze syrového mléka,
* zamezení přímému kontaktu s infikovaným dobytkem,
* očkování: pro kojence a malé děti je doporučeno očkování proti rotavirům <https://www.nzip.cz/clanek/647-akutni-prujem-u-deti>