

## Gastroentérite chez l'enfant — Informations essentielles pour les parents

### Qu'est-ce que c'est ?

La gastroentérite aiguë se manifeste par des selles très molles ou liquides, souvent plus de trois fois par jour. Elle dure en général moins d'une semaine. Des vomissements et de la fièvre sont fréquents. Le risque principal est la **déshydratation**, surtout chez les plus jeunes.

### Le traitement : la réhydratation avant tout

Les solutions de réhydratation orale (SRO) comme Adiaril® sont spécialement adaptées aux besoins de l'enfant.

- Préparation : 1 sachet pour 200 mL d'eau (pas dans le lait !). Conserver au réfrigérateur et utiliser dans les 24 h. Ne rien ajouter (pas de sirop, pas de sucre). Il ne faut jamais fabriquer soi-même une solution de réhydratation : un dosage imprécis peut être dangereux pour l'enfant.
- En cas de vomissements : commencer par de très petites quantités (10–15 mL toutes les 5 minutes), puis augmenter progressivement selon la tolérance.
- Proposer régulièrement, et après chaque selle liquide ou vomissement. Il n'y a **pas de quantité maximale**. Ne jamais forcer si l'enfant refuse.

Pour les plus grands qui refusent les SRO : proposer de l'eau ou du jus de pomme dilué, en petites quantités répétées, en complément de l'alimentation variée.

À tout âge, maintenir le lait habituel.

### Alimentation pendant la maladie

- **Bébé allaité** : l'allaitement continue normalement, en plus des SRO si besoin.
- **Bébé au lait artificiel** : garder le lait habituel, quel que soit l'âge. Fractionner les biberons (petites quantités plus souvent). Les laits sans lactose ne sont plus recommandés.
- **Enfant diversifié** : reprendre l'alimentation habituelle, généralement mieux tolérée que les régimes restrictifs. Aucun régime anti-diarrhéique n'a prouvé son efficacité. Éviter les aliments très riches en fibres (légumineuses, céréales complètes, fruits secs...).

### Surveillance à domicile

Notez régulièrement : ce que l'enfant boit, le nombre de selles liquides, de vomissements, et la température. Consultez un médecin si :

- les vomissements persistent ou si l'enfant refuse de boire, entraînant un risque de déséquilibre entre pertes (diarrhées, vomissements) et apports (lait, SRO) ;
- l'enfant devient apathique, mou, inhabituellement grognon ou pâle ;
- la respiration devient rapide ;
- l'enfant dort beaucoup et est difficile à réveiller.

### Prévention de la contagion

- lavage des mains fréquent, surtout après chaque change ;
- nettoyage des toilettes, poignées, surfaces et objets manipulés par l'enfant.

