

Temat:

Ostra biegunka u dzieci. Postępowanie w czasie choroby.

Prowadzący

Pielęgniarka

Odbiorcy

- Pacjenci
- Rodzina i opiekunowie pacjentów

Cel ogólny

Pozyskanie informacji na temat higieny, żywienia i pielęgnacji dziecka

Miejsce	Czas zajęć	Metody i techniki
Sala chorych	5 - 10 minut	- rozmowy indywidualne, - dyskusja,

Plan edukacji

1. Rozpoczęcie edukacji – przedstawienie się
2. Przedstawienie tematu i celu edukacji
3. Realizowanie zagadnienia
4. Ocena skuteczności realizowanej edukacji

TREŚĆ WYKŁADU

1. Definicja

Ostra biegunka to stan, w którym dziecko oddaje:

- ≥ 3 luźne lub wodniste stolce w ciągu 24 godzin
- lub następuje wyraźna zmiana konsystencji stolca (na półpłynną/wodnistą) i/lub zwiększenie częstości wypróżnień

Czas trwania: zwykle **do 7–14 dni**.

2. Najczęstsze przyczyny

- **Infekcje wirusowe** (najczęściej rotawirusy, norowirusy)
- Infekcje bakteryjne (np. Salmonella, Campylobacter)
- Zatrucia pokarmowe
- Rzadziej: pasożyty, alergię pokarmowe, antybiotyki

Wirusy te łatwo się rozprzestrzeniają drogą pokarmową lub kontaktową (brudne ręce, zabawki, powierzchnie). Zakażenie często pojawia się w żłobkach i przedszkolach.

3. Inne przyczyny

- Ostra biegunka może mieć również inne podłoże:
- nagła zmiana diety (np. nowe produkty u niemowląt),
- nietolerancje pokarmowe (np. laktozy),

- antybiotykoterapia (zaburzenie flory jelitowej),
- zatrucia pokarmowe,
- stres lub infekcje ogólnoustrojowe.

4. Drogi zakażenia

- droga fekalno-oralna (brudne ręce)
- skażona żywność i woda
- kontakt z osobą chorą (żłobek, przedszkole)

5. Objawy

- częste, wodniste stolce
- wymioty
- gorączka
- ból brzucha
- osłabienie

Objawy alarmowe (czerwone flagi):

- krew w stolcu
- silne odwodnienie
- apatia, senność
- brak oddawania moczu

6. Największe zagrożenie – odwodnienie

Dzieci są szczególnie narażone na szybkie odwodnienie.

U dzieci odwodnienie może rozwijać się bardzo szybko, nawet w ciągu kilku godzin.

Objawy:

- suche usta i język
- zapadnięte oczy / ciemiączko (u niemowląt)
- mało moczu
- brak łez przy płaczu
- senność, apatia
- chłodna, mało elastyczna skóra.

Odwodnienie jest stanem wymagającym szybkiej interwencji medycznej

7. Postępowanie domowe

Podstawą leczenia jest **nawadnianie**:

- doustne płyny nawadniające (ORS)
- Nie zaleca się głodzenia dziecka.
- dieta powinna być lekkostrawna i dostosowana do wieku ((np. ryż, banan, ziemniaki, marchew)
- posiłki podaje się w mniejszych porcjach, ale częściej,
- stopniowo wraca się do normalnego żywienia,
- unika się potraw tłustych, smażonych i ciężkostrawnych,
- u niektórych dzieci czasowo ogranicza się laktozę (zgodnie z zaleceniem lekarza)
- kontynuować karmienie piersią lub mlekiem modyfikowanym

Dodatkowo:

- probiotyki (w niektórych przypadkach)

8. Kiedy do lekarza?

- objawy odwodnienia

- biegunka z krwią lub śluzem
- wysoka gorączka
- brak poprawy >2–3 dni
- niemowlęta i małe dzieci (zawsze większa ostrożność)

9. Leczenie

- nawadnianie (najważniejsze)
- leczenie objawowe
- antybiotyki tylko w wybranych zakażeniach bakteryjnych
- probiotyki pomagające odbudować florę jelitową,
- leki przeciwgorączkowe (jeśli występuje gorączka),
- leczenie zawsze zgodne z zaleceniami lekarza,
- unikanie samodzielnego stosowania leków hamujących biegunkę u małych dzieci.

10. Higiena i zapobieganie rozprzestrzenianiu zakażenia

- Biegunki infekcyjne są bardzo zaraźliwe, dlatego higiena ma ogromne znaczenie:
- częste mycie rąk wodą z mydłem,
- dezynfekcja powierzchni i zabawek,
- natychmiastowa zmiana pieluch,
- oddzielne ręczniki i przybory higieniczne,

11. Profilaktyka

- mycie rąk
- higiena żywności
- unikanie skażonej wody
- szczepienie przeciw rotawirusom
- dezynfekcja powierzchni w ogniskach zakażeń

Metody oceny skuteczności przeprowadzonej edukacji.

Pytania kontrolne:

1. Na co zwrócisz uwagę przy biegunce u dziecka?
2. Jaką dietę zastosujesz u dziecka z biegunką?
3. Co jest najważniejszym elementem leczenia biegunki w domu?
4. Czy należy przerywać karmienie dziecka podczas biegunki?
5. Jakie produkty spożywcze są zalecane w trakcie biegunki?
6. Jakie objawy wymagają pilnej konsultacji lekarskiej?
7. Dlaczego szczególną ostrożność należy zachować u niemowląt?

Literatura:

Medycyna Praktyczna – Pediatria. Ostra biegunka u dzieci – postępowanie i nawadnianie.

Pediatria i pielęgniarstwo pediatryczne , pod red. Krystyny Piskorz –Ogórek, Macieja Kaczmarskiego , wyd. HELP MED. TD

Pawlaczyk B. (red.). Pediatria. PZWL Wydawnictwo Lekarskie.