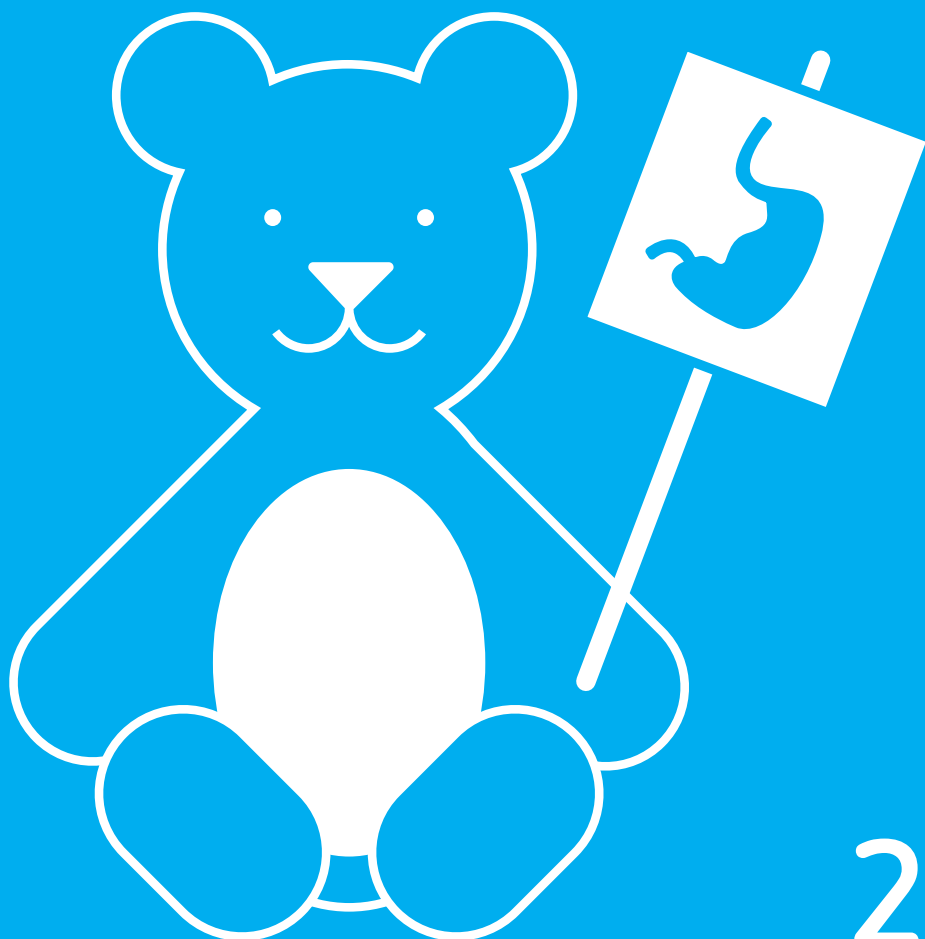


# Que faire si... mon enfant vomit et a des diarrhées ?

Nos pédiatres vous répondent !



## Quels sont les symptômes d'une gastro-entérite ?

Les symptômes principaux d'une gastro-entérite sont la **perte d'appétit**, des **crampes abdominales**, des **nausées** et des **vomissements**, une **diarrhée** très liquide, une **légère fièvre**, des **maux de tête** ou encore de la **fatigue**. Attention, ces signes ne sont pas forcément tous présents en même temps ! Dès l'apparition des symptômes, l'enfant malade est susceptible d'être contagieux.

## Signes d'une déshydratation

Pour identifier une déshydratation, il faut être attentif aux signes suivants : bouche sèche ou grande soif, mictions moins fréquentes (moins de couches mouillées), comportement agité, grande fatigue ou faiblesse.



### ALIMENTS CONSEILLÉS :

- Carottes, bananes, pommes râpées, jus de myrtille
- Purée de pommes de terre, pâtes, riz
- Viandes blanches, poissons

## Comment faire pour hydrater mon enfant ?

Préparez une solution de réhydratation, en vente en pharmacie, et conservez-la au frais.

- **Faites boire votre enfant en toutes petites quantités (1 gorgée), toutes les 5 minutes.** Vous pouvez vous aider d'une cuillère ou d'une seringue s'il refuse de boire. S'il continue à vomir, poursuivez en lui donnant de fréquentes petites quantités. Dès qu'il ne vomit plus, vous pouvez augmenter les doses.
- **En cas de diarrhées, utilisez une solution de réhydratation en stimulant l'enfant à boire le plus possible.** Il faut, au minimum, essayer de compenser la perte d'eau engendrée par les diarrhées.
- **Si vous allaitez votre enfant, n'arrêtez pas l'allaitement mais donnez-lui le sein moins longtemps et plus fréquemment s'il vomit.** Vous pouvez également lui donner le sein souvent en cas de diarrhées pour compenser les pertes d'eau. Une solution de réhydratation orale peut aussi être utilisée lors de l'allaitement. Il est possible de reprendre les autres laits non dilués ou non coupés quand votre enfant ne vomit plus. Il peut aussi manger par petites quantités. Favorisez les aliments légers, sans sauce ou friture. Un régime spécial n'est cependant pas nécessaire. L'éviction du lactose n'est pas recommandée.

## Quand mon enfant peut-il reprendre l'école, la crèche ?

Votre enfant peut reprendre l'école ou la crèche lorsqu'il ne vomit plus et s'il n'a pas de fièvre.

### Conseils pour hydrater son enfant

5 min



Faites boire votre enfant en toutes petites quantités toutes les 5 minutes.

10 kg



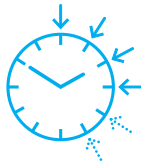
500 ml



4 h



Utilisez une solution de réhydratation. Ici, un exemple de dosage pour un enfant de 10 kilos.



Continuez l'allaitement mais sur une durée plus courte, et plus fréquemment.

## Mesures d'hygiène pour éviter une gastro-entérite

Les virus qui causent le plus souvent la gastro-entérite se trouvent en grande quantité dans les vomissements et les diarrhées. Le meilleur moyen pour éviter de développer la maladie est ainsi de se laver les mains avec de l'eau et du savon après chaque soin donné à l'enfant, spécialement après les toilettes. Un savon désinfectant peut être utilisé.

*« Pour éviter de développer la maladie, il est conseillé de se laver les mains avec de l'eau et du savon après chaque soin donné à l'enfant. »*

### MESSAGES CLÉS

Surveiller l'état d'hydratation de votre enfant

Ne pas arrêter le lait maternel

Les médicaments anti-diarrhéiques sont dangereux. Ils ne préviennent pas la déshydratation

Lavez-vous les mains !

## Quand consulter ?

### Prenez rendez-vous chez votre pédiatre :

Si votre enfant a des diarrhées qui persistent avec ou sans vomissement au-delà de 14 jours.



### Rendez-vous immédiatement chez votre pédiatre ou aux urgences de l'hôpital :

Si votre enfant :

- Est en mauvais état général ou vous inquiète.
- Est âgé de moins de 2 mois.
- A une maladie chronique sévère telle que le diabète sucré ou l'insuffisance rénale.
- Est difficile à réveiller.
- N'a plus de larmes ou qu'il n'a plus uriné (moins de 3 mictions par jour).
- Vomit vert ou avec du sang.
- A du sang dans les diarrhées.
- A des diarrhées en continu.

---

## Les numéros d'urgence

En priorité et durant les jours ouvrables, contactez votre médecin traitant.  
En l'absence du médecin traitant, composez les numéros de garde.

**144**

Urgences vitales  
adultes et enfants



**0848 133 133**

Gardes pédiatriques  
Vaud & Valais

## Vos questions au sujet de la gastro-entérite

### Qu'est-ce qu'une gastro-entérite ?

Cette maladie se manifeste, chez l'enfant, par des vomissements et une incapacité à garder ce qu'il mange et ce qu'il boit. Les selles sont liquides, fréquentes et nauséabondes. L'enfant a mal au ventre et/ou des crampes douloureuses. Il se peut aussi qu'il ait de la fièvre.

La gastro-entérite est une infection du tube digestif provoquée, la plupart du temps, par des virus. Elle est également appelée grippe intestinale. Il arrive aussi qu'elle soit causée par des bactéries ou des parasites. Les diarrhées et les vomissements durent habituellement entre 5 et 7 jours. Il n'y a en général pas de traitement pour « stopper » la maladie. Toutefois, il est possible de prévenir les complications et de les traiter lorsqu'elles sont déjà présentes.

La gastro-entérite est une infection du tube digestif souvent provoquée par des virus.

### Est-ce dangereux pour mon enfant ?

Diarrhées et vomissements font perdre de l'eau (et des électrolytes) à votre enfant. Le risque est ainsi qu'il se déshydrate. Il est parfois difficile de parvenir à le faire boire et il peut alors manquer d'eau : c'est ce qu'on appelle la déshydratation. Les jeunes enfants sont plus rapidement en danger.

C'est principalement la déshydratation qui présente un danger.

### Comment peut-on reconnaître les signes de déshydratation ?

Votre enfant n'a plus de larmes lorsqu'il pleure. Sa bouche et sa langue sont sèches. Il urine peu et sa couche est sèche depuis plus de 8 heures. Il paraît cerné, il est fatigué et refuse de jouer. Il dort beaucoup et perd du poids.

Pour certaines gastro-entérites, un traitement prescrit par un médecin est nécessaire.

## Vos questions au sujet de la gastro-entérite

### Comment soigner cette maladie ?

Il est nécessaire d'hydrater correctement votre enfant. Pour cela, il existe des solutions de réhydratation orale. Ces solutions (Normolytoral®, Oralpädon®) doivent être données très souvent et en petites quantités. Les probiotiques (Perenterol®, BiGaia®) diminuent en outre la durée des diarrhées et peuvent être utilisés durant 5 à 7 jours.

Le médecin peut parfois prescrire à votre enfant un médicament diminuant les vomissements. Vous pouvez aussi faire baisser la fièvre si elle est supérieure à 38.5°C et que votre enfant ne la supporte pas en lui donnant du paracétamol.

En revanche, il est contre-indiqué de stopper les diarrhées en bloquant le transit intestinal. Il faut savoir que cela n'évite pas la déshydratation. Le liquide peut en effet s'accumuler à l'intérieur du tube digestif et provoquer une déshydratation.

À noter que les antibiotiques sont inefficaces contre les virus qui causent la gastro-entérite. Par contre, certaines gastro-entérites bactériennes nécessitent un traitement qui sera alors prescrit par le médecin.

La gastro-entérite est contagieuse par les vomissements et les diarrhées.

### Est-ce contagieux ?

La gastro-entérite est contagieuse par les vomissements et les diarrhées lorsqu'elle est causée par un virus. En cas d'infection bactérienne, les mains sales ainsi que les aliments et l'eau contaminées sont sources de contagion. La maladie survient surtout dans les crèches et au sein des familles, mais peut aussi se transmettre à l'école.

Les antibiotiques ne sont pas efficaces contre les virus qui causent la gastro-entérite.