

Kõhulahtisus

Ägeda kõhulahtisuse korral muutub roojamissagedus tavalisest sagedasemaks ning väljaheide on palju vedelam või limasem. Ägeda kõhulahtisuse põhjustab enamasti viirusnakkus. Mõnikord võib haigus alata korduva oksendamisega.

Ägeda kõhulahtisuse ja oksendamise korral kaotab keha tublisti vedelikku ning soolasid. Seetõttu on ägeda soolenakkuse kõige suuremaks ohuks vedelikupuuduse kujunemine. Apteegi käsimüügis on Rehydroni pulbrid, millest valmistatud lahusega saab asendada kaotatud soolasid ja vedelikku. Üks Rehydroni pulber tuleb lahustada 1 liitris vees.

Kuidas aidata ägeda kõhulahtisuse ja oksendamise puhul?

1. Proovida sageli juua. Oksendamise korral juua 10–15minutilise vahedega väikestes kogustes, näiteks lusikataie kaupa, kuid pidevalt. Kui oksendamist enam ei teki, võib pakutava joogi koguseid tasahilju suurendada ning vaheaegu pikendada. Iiveldust ja oksendamist võib leevendada külma mahlajäätise või jääpulga imemine.
2. Juua tuleks Rehydroni ja sellele lisaks soovi järgi vett või mõnd vähemagusat jooki, näiteks lahjat morssi või kummeliteed. Joogiks ei sobi väga magusad või gaseeritud joogid.
3. Muud toitu võiks süüa isu kohaselt. Proovida võib näiteks vedelaid putrusid, püreesid ja kisselle. Hoiduda tuleks rõõsa lehmapiima joomisest seni, kuni kõhulahtisus pole täielikult möödunud, sest lehmapiimas oleva piimasuhkru seedimine on kõhulahtisuse korral häiritud. Jogurtit ja keefirit võib juua.
4. Rinnapiimatoidul lapsele tuleks pakkuda sageli rinda. Samuti võib jätkata imiku piimaseguga toitmist.
5. Muud toitu võiks laps süüa oma vanuse ja isu kohaselt. Pakkuda võib näiteks vedelaid putrusid, püreesid ja kisselle. Hoiduda tuleks rõõsa lehmapiima joomisest seni, kuni kõhulahtisus pole täielikult möödunud, sest lehmapiimas oleva piimasuhkru seedimine on kõhulahtisuse korral häiritud. Jogurtit ja keefirit võib juua.

Kindlasti tuleb kiiresti pöörduda haigla vastuvõttu või kutsuda kiirabi kui:

1. äge kõhulahtisus ja/või oksendamine tekib alla 6 kuu vanusel lapsel;
2. oksendamise ja kõhulahtisusega kaasub lapsele tugev kõhuvalu;
3. väljaheites või oksemassides on verd;
4. laps pissib harva (laps pissib vähem kui 4 korda 24 tunni jooksul)
5. kaasub ebatavaline loidus;
6. laps keeldub joogist, kuigi on kõhulahtisusega või oksendamisega kaotanud vedelikku.

Arsti poole tuleb kindlasti pöörduda ka siis, kui kõhulahtisus kestab kauem kui 3–4 päeva.