

## QUE FAIRE EN CAS DE VOMISSEMENT ?

Les médicaments contre les vomissements ne sont pas forcément nécessaires, il suffit en général de fractionner les repas et donc de **donner des petites quantités**.

Par exemple, on peut donner une cuillère à café de liquide par minute, ce qui permet de faire absorber environ 150 à 300 ml en 1 heure.

Si l'enfant ne présente pas de signe d'alarme, et s'il refuse l'alimentation, il ne faut pas le forcer. Un enfant déshydraté refuse rarement les liquides, même s'ils n'ont pas bon goût, par contre il faut les lui proposer régulièrement.

### QUAND DONNER DES LIQUIDES DE RÉHYDRATATION ?

- En cas de vomissement à répétition,
- Quand votre enfant refuse l'alimentation habituelle,
- En cas de grosse diarrhée associée,
- En cas de température élevée,
- Chez les très jeunes enfants (moins de 6 mois) qui se déshydratent vite, vous devez proposer des **liquides de réhydratation vendus en pharmacie**: Adiaril, GES 45, Picolite,...

> Verser un sachet dans 200 ml d'eau avant même la consultation du médecin.

Ces liquides ne font que remplacer l'apport en eau et en sels minéraux dont l'enfant ne peut pas se passer longtemps, mais n'ont pas les valeurs nutritionnelles nécessaires à sa croissance.

La solution de réhydratation doit être proposée fréquemment, sans forcer : au biberon, au verre ou à la petite cuillère. La solution de réhydratation peut donner de façon transitoire une accentuation modérée et sans gravité de la diarrhée. On peut proposer à la place de la bouillie de riz (plutôt que l'eau de riz) :

**Bouillie de riz**: 50 à 60 grammes de riz sec à faire cuire dans une eau de cuisson non salée, mixer le riz cuit dans 1 litre d'eau, ajouter 1/4 de cuillère à café de sel ( sodium) et un peu de jus de citron ( potassium).

### SIGNES DE DESHYDRATATION = SIGNES D'ALARME

> Lorsque la perte de poids atteint 5% du poids du bébé, les signes d'une déshydratation apparaissent : **il faut voir impérativement un médecin**.

- yeux enfoncés et cernés,
- fatigue, hypotonie,
- Fontanelle déprimée,
- Soif intense,
- Température élevée,
- Pas d'urine dans la couche

> Perte de poids > 10 % : déshydratation grave : **urgence médicale**

- extrémités froides,

troubles de la conscience

> Autres signes de gravité : Nourrisson de moins de 6 mois