



## Réhydratation chez l'enfant

JACCARD Angeline, 20.11.2008

### 1/ Conséquence de la déshydratation

Des pertes hydriques (eau) de l'organisme d'un enfant peuvent être graves. Du fait de la diminution de liquide dans le corps, les fonctions vitales peuvent être perturbées ou bloquées.

### 2/ Causes

- Exposition au soleil ou a une atmosphère surchauffée (ex : voiture),
- Hyperthermie (température corporelle élevée)

### Attention pendant la période estivale

Il peut y avoir déshydratation lorsque l'enfant ne boit pas assez, ne mange pas, vomit ou a des diarrhées.

### 3/ Signes

- soif,
- sécheresse des muqueuses (langue),
- peau sèche, froide, pale,
- perte de poids,
- fièvre possible,

### 4/ Mesures à prendre

Commencer rapidement une alimentation liquide au moyen de solution de réhydratation.

*Exception : pour les enfants allaités, continuer à les allaiter sur la base de rations faibles et fréquentes.*

### 5/ Exemples de solution de réhydratation pour les enfants de plus de 1 an

Votre pédiatre ou votre pharmacien peuvent vous conseiller des solution électrolytique prêtes à l'emploi prévues pour tous les âges.

Vous pouvez également préparer votre recette vous-même.

Exemple pour 1 litre de solution

### Solution de réhydratation

*1/3 de jus d'orange*

*1/3 d'eau du robinet*

*1/3 thé noir*

*1 pointe de couteau de sel (1 gramme)*

A conserver au réfrigérateur et à faire consommer en petites quantités.

### Procédure

1<sup>ère</sup> heure : toutes les 5 minutes 1 c. à soupe

2<sup>ème</sup> heure : toutes les 5 à 10 minutes 10 à 15 ml

3<sup>ème</sup> heure : toutes les 15 minutes 50 à 100 ml

4<sup>ème</sup> à 6<sup>ème</sup> heure : toutes les 15 minutes 100 à 150 ml

A défaut d'amélioration dans les premières heures, appeler votre pédiatre.

*Remarque : Après 6 à 12 heures au plus tard, commencer à titre d'essai à donner des aliments solides pauvres en graisses et en protéines (riz blanc, légumes cuits à la vapeur,....).*

### 5/ Consultation

En cas de persistance des symptômes, ne pas hésiter à consulter votre pédiatre.

### 6/ Source

Cours Samaritain de l'ASS.