

Conseils patient - Gastro-entérite - Enfants et adultes

- لعلاج التهاب المعدة والأمعاء الحاد ، اتبع النصائح التالية:
- اشرب أكثر من المعتاد. المشروبات التي تحتوي على ما يكفي من السكر والملح على وجه الخصوص للتعويض عن فقدان هذه المكونات (الماء والسكر ومرق الخضار).
 - تجنب المشروبات الغازية.
 - تناول وجبات عديدة لكن بحصص صغيرة تتكون من الأطعمة المالحة و التي تحتوي على الجلوكوز والخالية من البقايا (كمرق وفير من الملح والوجبات الخفيفة التي تحتوي على الأرز والبطاطس والمعكرونة والسميد والخضروات المطبوخة مثل الجزر ، وكذلك اللحوم الخالية من الدهون).
 - لا ينصح بالوجبات الكبيرة والمشروبات المجمدة.
 - باستثناء الموز ، تجنب الفواكه والخضروات النيئة وأي طعام آخر غني بالألياف (الحبوب الكاملة والبقوليات ...).
 - تجنب الحليب ومنتجات الألبان مؤقتًا ، وتجنب نقل العدوى حولك ، اغسل يديك بانتظام بالصابون والماء أو استخدام منظف اليدين المعتمد على الكحول.