

## LA DIARREA

*La diarrea consiste nell'aumento del numero delle scariche di feci con diminuzione della loro consistenza (feci liquide o semiliquide).*

La diarrea è un disturbo molto frequente che di solito guarisce spontaneamente in due o tre giorni, ma che talvolta può portare in tempi rapidi alla disidratazione, con conseguenze gravi che rendono poi necessario il ricovero in ospedale.

L'emissione ripetuta di feci liquide causa una perdita di liquidi e sali minerali da parte dell'organismo che deve essere immediatamente corretta per evitare conseguenze gravi, ecco perchè il **primo e più importante rimedio per la diarrea è la somministrazione di liquidi**; un bambino che riesce a bere quantità sufficienti di soluzione reidratante non arriverà a perdere peso in modo significativo e guarirà velocemente.

Purtroppo le soluzioni reidratanti che si trovano in farmacia non sono sempre ben accette, inoltre un bambino con la diarrea spesso ha anche nausea e vomito e non ha fame, per cui diventa difficile effettuare la reidratazione orale.

E' preferibile somministrare la soluzione reidratante fredda, a piccoli sorsi (un cucchiaino al minuto, così da non provocare il vomito). Talvolta altri liquidi (ad esempio il succo di mela diluito al 50%) sono meglio tollerati e consentono di evitare la disidratazione.

In un bambino di età inferiore ai 2 anni e ancora di più in un lattante bastano poche scariche per causare la perdita di una percentuale importante dei liquidi corporei; il metodo migliore per valutare la disidratazione in un bambino è pesarlo: se la perdita di peso supera il 10% la situazione è critica ed è necessario avvertire il Pediatra o portare direttamente il piccolo in ospedale, dove mediante la somministrazione di liquidi e sali per via endovenosa si riesce a riequilibrare in breve tempo la situazione. Altri sintomi di disidratazione sono gli occhi infossati, le mucose secche, l'emissione di poca urina, lo scadimento delle condizioni generali...

**Da molti anni si è diffuso l'impiego di Probiotici (fermenti lattici), cioè batteri "buoni" che dovrebbero servire a contrastare la crescita degli agenti patogeni in corso di diarrea. In realtà non c'è alcuna prova di efficacia di queste terapie!**

All'inizio della diarrea l'alimentazione deve essere sospesa, ma appena possibile si potranno offrire al bambino alimenti semplici e graditi e riprendere l'alimentazione abituale; in caso di allattamento al seno questo deve essere continuato.

Le cause della diarrea sono molteplici, oltre alle più frequenti gastroenteriti virali ci sono infezioni dovute a parassiti (Giardia), a batteri (Salmonella, Campylobacter e molti altri) che raramente richiedono l'impiego di antibiotici. Una diarrea che non guarisce entro due o tre giorni o che è accompagnata da altri sintomi (febbre, presenza di sangue nelle feci) richiede la valutazione da parte del Pediatra.

Il Rotavirus è una delle cause più frequenti di gastroenterite virale nei bambini, ma da alcuni anni è possibile vaccinare gratuitamente i lattanti contro questo virus ed evitare così la malattia. Il vaccino contro il Rotavirus non è obbligatorio, tuttavia è sicuramente raccomandabile, soprattutto quando è previsto l'inserimento in un asilo nido o quando c'è un fratellino in casa.

Altre cause non infettive di diarrea possono portare a una sintomatologia cronica; tra queste la celiachia, le intolleranze alimentari (lattosio), il colon irritabile. Quindi una diarrea che dura più di due settimane deve portare il Pediatra a ricercare la possibile causa, spesso anche con la richiesta di esami.