

« Papa, j'ai une gastro... quoi? »

Théo a mal au ventre. Il a envie de vomir et court aux toilettes plusieurs fois par jour. Son père lui dit qu'il a une gastro-entérite. C'est quoi au juste? Minute, on vous explique tout.



Experte

Dre Marie Rohr, cheffe de clinique d'infectiologie pédiatrique à l'Hôpital des enfants



La gastro, c'est quoi?

Lorsque tu manges, la nourriture passe dans le tube digestif. Il arrive que ce tuyau, qui se trouve dans le ventre, soit attaqué par des virus (le rotavirus ou l'entérovirus, par exemple) ou des bactéries (les salmonelles, l'E. Coli, par exemple). Les intestins sont alors infectés ou enflammés et produisent beaucoup d'eau. C'est la raison pour laquelle tes selles - ton caca si tu préfères - deviennent liquides et tu dois aller aux toilettes plusieurs fois par jour. Si tu as envie de vomir, c'est parce que les microbes (virus ou bactéries) sécrètent une substance dont ton corps veut se débarrasser.



J'ai mangé quelque chose qu'il ne fallait pas?

C'est possible, en particulier si c'est une bactérie qui est à l'origine de tes symptômes. Cela peut se produire si tu manges de la viande blanche (le poulet, par exemple) ou des œufs qui n'ont pas été assez cuits. Il arrive aussi que des aliments aient été mal conditionnés lors de leur fabrication. Attention aussi aux produits faits maison laissés à l'air ambiant ou ceux qui sont avariés. Les virus, eux, se transmettent par contact direct avec l'entourage (famille, copains de crèche, camarades de classe), surtout si on s'est mal lavé les mains...



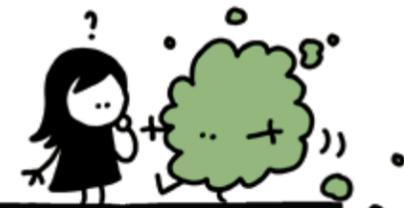
Est-ce que c'est grave?

En Suisse, généralement non, car on peut se soigner. Mais dans les pays où il n'y a pas d'eau potable ni de médicaments adaptés, c'est bien plus grave. Dans le monde, la gastro-entérite est la deuxième cause de décès chez les enfants de moins de 5 ans.



Est-ce que je peux quand même aller à l'école?

Non, car la maladie est très contagieuse. Attends d'être guéri.



Pourquoi faut-il bien se laver les mains?

N'oublie pas de bien te laver les mains plusieurs fois par jour: en arrivant à la maison, si tu as pris les transports publics, avant et après les repas, après être allé aux WC, et après avoir touché ton animal de compagnie, car il peut être porteur de bactéries. Il faut bien faire mousser le savon, frotter entre les doigts et le dessus des mains, puis bien rincer. En cas d'épidémie, utilise en plus une solution hydroalcoolique (mais pas chez les bébés).



Boisson au cola sans bulles, bien ou pas?

En fait, non, car cela contient trop de sucre et pas assez de sel. Et donc tu ne seras pas réhydraté correctement.



Mes parents veulent que je mange, mais je n'ai pas faim!

Souvent, on a moins d'appétit. Le régime « pommes, carottes, riz » est utile contre les diarrhées, mais tu peux manger ce qui te fait envie, à condition que cela ne soit pas trop gras. N'oublie pas de boire assez! Les bébés doivent boire une solution de réhydratation et peuvent continuer à boire leur lait ou à être allaités.

Faut-il aller chez le médecin?

Oui, c'est mieux si tes parents prennent rendez-vous avec ton pédiatre pour vérifier que tu n'es pas déshydraté. Si besoin, il prescrira une solution de réhydratation (poudre soluble qui contient du sel, du sucre et du potassium).