

Koostaja: lastekliiniku ägedate infektsioonide osakonna õde Jelena Rokka
Konsultant dr. Eda Tamm
2014

KÕHULAHTISUS LASTEL

Kõhulahtisus võib olla paljude haiguste üheks sümptomiks. Väikelaste kõhulahtisuse kõige sagedasemaks põhjustajaks on rotaviirused.

Rotaviirusliku kõhulahtisuse peamisteks tunnusteks on vedel roe, millega kaasnevad oksendamine ja palavik.

Harvem võib kõhulahtisus olla põhjustatud bakterite poolt. Bakteriaalse kõhulahtisuse tunnusteks on kõrge palavik, verd ja/või lima sisaldav roe.

Mõnikord võib kõhulahtisus tekkida antibiootikumide kasutamise kõrvaltoimena või kaasneda neeruvaagnapõletiku ja kopsupõletikuga.

Kõhulahtisuse tüsistuseks on **dehüdratatsioon ehk vedelikupuudus**.

Eriti tundlikud on vedelikupuuduse suhtes imikud ja väikelapsed.

Vedelikupuuduse tunnusteks lastel on:

- keele kuivus;
- pisarate puudumine nutmisel;
- sissevajunud lõge (imikutel);
- harvenenud urineerimine (mähe on kauem kuiv kui tavaliselt);
- lapse rahutus või vastupidi, väsinud ja unine olek.

Selliste sümptomite ilmnemisel tuleks kindlasti nõu pidada perearstiga.

Kui lapsel esineb kõhulahtisus, kuid puuduvad vedelikupuuduse tunnused:

- jätkake lapse tavapärasest toitmist;
- pakkuge rohkem juua. Joogiks sobivad lahjendatud mahlad, taime- teed, tavaline vesi. Ei sobi limonaad, Coca-Cola, energijaogid jms;
- vanematele lastele sobivad joogiks mineraalveed.

Kui lapsel esineb kõhulahtisus koos vedelikupuudusele viitavate tunnustega:

- andke lapsele naatriumit ja kaaliumit sisaldavat lahust, kuna lapsed kaotavad kõhulahtisuse ja oksendamisega lisaks vedelikule ka soolaid. Apteegis on saadaval pulber, millest vastavalt õpetusele

valmistatakse kodus lahus. Paariks tunniks tehakse toitmisel paus ja joodetakse last eelpoolkirjeldatud lahusega;

- rinnapiimatoidul olevale lapsele toitmisepausi ei teha, vaid pakutakse vedelikku lisaks;
- vedelikku pakkuge lapsele sageli ja väikestes kogustes mõneminutiliste vahedega. Kui imik keeldub lutipudelist või kruusist joomast võib last joota väikese süstla või teelusika abil;
- oksendamise korral tehke jootmises veerandtunnine paus ja jätkake siis uuesti;
- enne apteegis müügil olevate kõhulahtisust leevendavate ravimite kasutamist pidage nõu perearstiga.

Võtke kiiresti ühendust perearstiga, kutsuge kiirabi või pöörduge erakorralise meditsiini osakonda kui:

- lapse roojas või oksemassides on verd;
- lapsel esineb hootine tugev kõhuvalu, mis segab magamist;
- laps keeldub joogist ja/või oksendab sageli ning suures koguses;
- vedelikupuuduse tunnused on tugevalt väljendunud: keel ja suu limaskestad on kuivad silmad ja „aukus“, lõge lohku vajunud;
- urineerimine on vähenenud või uriin puudub viimase 6-8 tunni jooksul;
- laps on loid või ülierutatud;
- lapse pulss on kiire ja/või laps hingeldab.

Kõhulahtisuse vältimine

Kõhulahtisusega kulgevate haiguste ennetamisel on kõige olulisem sage ja korrektne kätepesu. Juba väikelapseas tuleks lapsi õpetada hoolikalt vee ja seebiga käsi pesema. Kõhulahtisusega last ei tohi viia lasteaeda ega lubada kooli. Lisaks on võimalik rotaviiruslikku kõhulahtisust ennetada lapse vaksineerimisega esimesel elupoolaastal.