



ŽELUČANA VIROZA

Želučana viroza je kratkotrajna, ali neugodna bolest tijekom koje skupina virusa nadražuje želudac (ili crijeva), s tipičnim simptomima povraćanja, mučnine i proljeva. Najčešći je uzročnik tzv. rotavirus koji se češće pojavljuje u zimskim mjesecima, dok na proljeće i tijekom ljeta želučane tegobe većinom uzrokuju tzv. adenovirusi i ekovirusi.

Simptomi bolesti mogu biti različiti. Neka djeca žale se samo na bol u želucu, laganu mučninu i imaju smanjeni apetit, neki povraćaju, drugi imaju proljev, a u najgorem slučaju imaju kombinaciju svega navedenog. Temperatura se javlja ponekad. Želučana viroza traje najmanje tri, a najviše sedam dana.

Ako se radi o trovanju hranom, simptomi mogu biti slični, ali se najčešće javljaju vrlo brzo nakon što je pokvarena hrana pojedena. Najčešće nema temperature i nakon povraćanja ili mekane stolice odnosno izbacivanja pokvarene hrane iz organizma, simptomi se smiruju. Kontakt sa zaraženom osobom ili nepravilno pripremljena hrana djecu lako dovedu u ovo nelagodno stanje u kojem roditelj mora paziti da dijete ne dehidrira. Najbolje je davati običnu vodu, prirodni voćni sok (bez dodanog šećera) koji se može i razrijediti vodom, nezašćerani prirodni čaj, juhu ili napitke bogate elektrolitima. Izbjegavajte gazirane sokove i colu odnosno napitke koji sadrže kofein.

U kućnoj je ljekarni uvijek dobro imati paketić rehidracijske otopine i djeci je ponuditi što prije, u malim gutljajima. Za vrijeme povraćanja i proljeva nije poželjno da dijete puno jede ili da jede tešku hranu, ma koliko gladno bilo, jer će hrana vjerojatno pogoršati simptome. Kada primijetite da se viroza počinje smirivati, djetetu prvo ponudite dvopek i šipkov čaj, a polagano uvodite kuhanu rižu, mrkvu i kuhano bijelo meso.

Ukoliko u proljevu ili povraćanju primijetite tragove krvi odmah otiđite liječniku, jer se može raditi o ozbiljnijoj bakterijskoj infekciji kao što je ona izazvana *Escherichia coli*.

Liječnika obvezno posjetite ako viroza traje duže od tri dana bez znakova poboljšanja. Važno je da se temperatura snižava i da se ne javljaju znakovi dehidracije.

Kako bi dječji organizam zadržao potrebnu tekućinu, djeca trebaju piti manje količine tekućine, ali češće, što iznosi otprilike 0,2 dcl tekućine svakih 15 minuta.

(preuzeto s <https://www.hzjz.hr/aktualnosti/najcesce-bolesti-skolske-djece/>)