



SOS MÉDECINS FRANCE - COMMISSION SCIENTIFIQUE

Gastro-Entérite Aiguë - Adulte



3624

Service 0,15€/min
+ prix appel



Version 15/02/2018

Qu'est ce que la gastro-entérite aiguë ?

C'est une inflammation de la muqueuse du tube digestif

Le plus souvent la cause est une infection par un virus : on parle de gastro-entérite virale. Moins souvent, la cause est une infection par une bactérie ou un parasite.

Comment reconnaître la gastro-entérite aiguë virale ?

La période d'incubation est d'environ 24 à 72h.

Elle est suivie de l'apparition brutale des symptômes digestifs : selles liquides (diarrhées), crampes abdominales et vomissements.

D'autres symptômes peuvent apparaître : une perte d'appétit, nausées, maux de tête, fatigue, ballonnement, une légère fièvre.

La durée est en général courte : de 1 à 3 jours.

Doit-on consulter un médecin ?

Oui. Cette consultation permet d'évaluer l'importance des symptômes, les facteurs de gravité, la prescription des éventuels examens complémentaires en cas de doute diagnostique ou en cas de cause bactérienne ou parasitaire et d'établir une stratégie de traitement et de surveillance.

Que faire soi même ?

Boire* peu à la fois mais très souvent.

Se reposer. Respecter les prescriptions médicales.

Quels médicaments prendre ?

Aucun traitement n'est systématiquement recommandé en automédication, en particulier chez l'adulte sain qui tolère bien ses symptômes. Le médecin prescrit ou non certains médicaments en fonction des symptômes.

Quel régime alimentaire pendant la maladie ?

Privilégier les sucres (lents ou rapides) et les protéines pures.

Ex : Riz, pâtes, carottes cuites, jambon, blanc de volaille, pommes, bananes.

Manger par petites quantités. Éviter les graisses et les aliments crus.

Quels sont les signes qui doivent vous amener à reconsulter ?

Persistance des symptômes au-delà de 3 jours,
Forte fièvre persistante,
Présence de sang dans les vomissements ou les selles,
Forte douleur abdominale persistante,
Impossibilité de s'hydrater, mauvaise tolérance des symptômes,
Et surtout : * **signes de déshydratation.**

Comment éviter la contamination ?

Lavage des mains et hygiène rigoureuse*.

*** Le traitement principal de la gastro-entérite : BOIRE, pour compenser les pertes d'eau et de sels minéraux**



Attendre 20 minutes après tout vomissement pour retenter de boire

Boire très fréquemment des petites quantités.

Utiliser des solutés de réhydratation orale (en pharmacie) : 1 sachet dans 200 ml d'eau.

Ou à préparer soi même : 1 litre d'eau plate
+ 5 cuillères à café rases de sucre
+ ½ cuillère à café de sel

A défaut, alterner eau sucrée et bouillons salés.

*** Le lavage des mains et une hygiène rigoureuse**

La personne malade doit se laver les mains plusieurs fois par jour et après chaque passage aux toilettes.



A l'eau et au savon de préférence.
A défaut, avec du gel hydroalcoolique

On doit : nettoyer les surfaces fréquemment touchées : toilettes, lavabos, poignées de porte...

Ne pas partager les serviettes pour les mains.

La personne qui a la diarrhée ne doit pas préparer les repas des personnes saines.

*** Les signes de déshydratation**



Les sujets adultes à risque sont surtout les personnes âgées.

Fatigue, désorientation, faiblesse, étourdissement notamment en se levant,

Diminution de la quantité d'urine, sécheresse de la bouche,

Soif intense, perte de poids.