

## Diarrhées du nourrisson

- Augmenter les boissons : ( Eau minérale, jus de fruit,...)
- Diminuer les sucreries et les biscuits.

### LÉGUMES :

- Augmenter la ration de légumes verts.
- Introduire des poireaux dans la soupe ou purée de légumes.
- Éviter les carottes et les coings.

### FRUITS :

- Le matin : donner un jus de fruit ( orange ) ou jus de tomates.
- L'après-midi : pommes cuites en compote ou pruneaux selon l'âge de l'enfant.

### CÉRÉALES :

- Préférer le pain complet.
- Donner selon l'âge de l'enfant des céréales à base de son.
- Réduire la consommation de semoule et de riz.

### CONSEILS :

- Un peu d'huile d'olive dans la soupe au lait : « Balboula » ou « Smida ».

Dès que Les selles sont nombreuses et liquides, Il faut lutter contre la déshydratation par les moyens suivants.

### BOISSONS :

- Donner de l'eau minérale non gazeuse ou des préparations de réhydratation à volonté et en petites quantités à la petite cuillère si l'enfant vomit.
- Remplacer le lait habituel de l'enfant par des laits de régime type : HN25, AL110.
- Donner de l'eau de riz:
- Soit en préparant les biberons avec l'eau de riz.
- Soit en le donnant comme boisson entre les repas.  
( L'eau de riz se conserve 24h au réfrigérateur. )
- Donner une soupe de carottes.

- En cas d'allaitement maternel, il est préférable de continuer ce mode d'allaitement et de proposer en complément une solution de réhydratation .

### REPAS :

- A base de coings ( en compote )
- Carottes et / ou pommes de terre en purée.
- Pommes crues râpées ou en morceaux.
- Bananes écrasées.
- Supprimer le jus d'orange.

Dès que les selles retrouvent leur état normal il faut réintroduire progressivement le lait habituel.

*Remarque:*

Il faut être particulièrement attentif aux fesses des bébés et le changer rapidement après chaque selle

