

BUIKGRIEP EN UITDROGING

Inleiding

De arts denkt dat jij buikgriep hebt. Maar wat is buikgriep? In deze folder vertellen wij jou hier meer over.

Wat is buikgriep?

Buikgriep komt vaak door een virus. Een virus is een heel klein, onzichtbaar deeltje dat mensen ziek kan maken. Daarom voel jij je niet zo lekker. Je kan last krijgen van:

- Braken;
- Diarree;
- Misselijkheid;
- Buikpijn;
- Koorts.

Wat is uitdroging?

Soms zijn de klachten van de buikgriep zo erg dat jij kan uitdrogen. Dit betekent dat jouw lichaam te weinig vocht kan vasthouden. Ben jij jonger dan 2 jaar? Dan heb jij een verhoogde kans om dit te hebben.

Tekenen van uitdroging zijn:

- Droge lippen en mond;
- Huilen zonder tranen;
- Minder plassen;
- Ogen die dieper liggen;
- Verward gedrag of sufheid;
- Gewichtsverlies.

Meestal gaat buikgriep vanzelf over. De arts verwacht dat jij binnen 1 week weer beter bent.

De adviezen

Het is belangrijk dat jij genoeg vocht binnenkrijgt. Probeer regelmatig kleine slokjes te drinken. Vooral als jij misselijk bent en moet spugen. Dan is genoeg drinken nog belangrijker.

Merk jij dat je veel dorst hebt maar weinig moet plassen? Dan krijg jij van de arts ORS-poeder. ORS is een poeder dat jij in jouw water mag stoppen. Jouw lichaam kan zo meer vocht vasthouden. Dit voorkomt dat jij gaat uitdrogen. Vind jij de

smaak van ORS niet zo lekker? Dan mag jij ook een beetje appelsap of iets anders toevoegen. Vul jouw glas voor de helft met bijvoorbeeld appelsap en de andere helft met water. Je mag het ook mengen met voeding waar water inzit. Denk bijvoorbeeld aan knijpfruit, pap, groente, fruit en waterijsjes.

Het verminderen van de misselijkheid en het braken

Soms geeft de arts je medicijnen om misselijkheid te verminderen. En het overgeven te stoppen. Vaak krijg je dan het medicijn Ondansetron (Zofran). Werkt dit medicijn niet of kan jij echt niet drinken? Dan kan het soms nodig zijn om ORS op een andere manier jouw lichaam in te krijgen. Meestal gaat dit via een dun slangetje via jouw neus zo naar jouw maag. Als dit nodig is, dan zal jij samen met jouw papa of mama een paar uur op de Spoedeisende Hulp of de Kinderafdeling blijven. Heel soms is het nodig om vocht via een infuus te krijgen. Maar dat is alleen als niets anders werkt om je beter te maken.

Besmettelijkheid

Buikgriep is besmettelijk. Dit betekent dat jij buikgriep snel aan iemand anders kan doorgeven. Het is daarom belangrijk om je handen te wassen met zeep en water. Als jij wordt opgenomen in het ziekenhuis, dan zal niet van je kamer mogen. Zo kan jij de griep niet verspreiden.

Aan de ouders

Zorg voor goede hygiëne. Was de handen met water en zeep na:

- Het bezoeken van de toilet (wc);
- Verschonen van de luier;
- Voor het koken;
- Voor het eten.

Na het ziekenhuis

Als jij in het ziekenhuis genoeg hebt gedronken en je beter voelt, dan mag jij lekker naar huis. Thuis is het heel belangrijk dat jij goed blijft drinken. Merk jij dat je weer weinig moet plassen en veel dorst hebt? Dan is het belangrijk dat jouw ouders direct de huisarts belt.

Aan de ouders:

Als uw kind suf wordt of verward gedrag vertoont, dan moet u direct het ziekenhuis bellen.

Vragen

Heb jij of je ouders nog vragen? Dan mag je contact opnemen met jouw huisarts. Of eventueel de (vaste) kinderarts. De polikliniek Kindergeneeskunde is telefonisch bereikbaar via 010 - 461 6225 (Gasthuis) of 010 - 893 0000 (Vlietland)

December 2023