

SRO # DIARRHÉE

*Messages / Informations
au niveau Communautaire*

Qu'est-ce que la diarrhée?

La diarrhée est l'émission d'au moins trois (3) selles liquides ou molles par jour

Signes de reconnaissance

- Tout enfant qui émet des selles molles ou liquides au moins trois fois par jour peut être considéré comme ayant la diarrhée
- Des selles normales mais fréquentes ne signifient pas qu'il y a diarrhée
- Les enfants allaités au sein ont souvent des selles molles mais il ne s'agit pas non plus de diarrhée
- Le nombre de selles normalement évacuées par jour dépend de l'alimentation et de l'âge de l'individu
- Dans tous les cas, chez le nourrissons ou le jeune enfant, la mère est la mieux placée pour savoir s'il fait ou non la diarrhée.

Facteurs qui favorisent la survenue de la diarrhée

- Mauvaise hygiène des aliments et de l'environnement
- Boire de l'eau sale/souillée
- Manger sans se laver les mains au savon
- Manger des aliments sur lesquels les mouches et les saletés se sont déposées
- Manger des fruits et des légumes sans les laver ou mal lavés
- Sevrage brusque et mal adapté
- Maladie infectieuse : ex rougeole
- Etc.

Face à un enfant qui présente une diarrhée

- Préparation et administration de la SRO à domicile
- Application des trois règles de traitement de la diarrhée à domicile :
 - *absorption davantage de liquide*
 - *consommation d'aliments solides fraîchement préparés*
 - *référence s'il n'y a pas d'amélioration au bout de 2 jours.*

ETAPES DE LA PRÉPARATION DE LA SRO

- Se laver les mains au savon et à l'eau propre
- Verser tout le contenu d'un sachet dans un récipient propre
- Mesurer un (1) litre
- Verser l'eau dans le récipient
- Bien mélanger pour dissoudre la poudre
- Goûter la solution afin d'en connaître la saveur

Remarques importantes

- Préparer chaque jour une nouvelle solution de SRO dans un récipient propre. Garder le récipient couvert. La solution peut être conservée et utilisée pendant une journée (24 heures). Jeter toute solution restante du jour précédent
- Les boissons gazeuses, très sucrées telles qu'infusions, limonades ou boissons fruitées du commerce sont à proscrire
- Ne jamais mélanger les SRO avec une autre boisson que de l'eau potable, surtout pas avec du lait, de la soupe, du jus de fruit ou une boisson gazeuse. Ne pas ajouter de sucre.

MESURES DE PRÉVENTION

Pour prévenir la diarrhée, il faut :

- Donner uniquement le lait maternel aux enfants jusqu'à l'âge de 6 mois
- A partir de 6 mois, commencer à lui donner des aliments semi solides propres, nourrissants, bien réduits en purée tout en continuant l'allaitement au sein ;
- Ne boire que ou ne donner à boire que de l'eau la plus propre (il faut porter à ébullition et laisser refroidir avant d'utiliser l'eau tirée d'un puits, d'une source ou d'une rivière) ;
- Toujours utiliser les latrines pour aller à la selle et jeter dans le latrines ou enterrer tout de suite les selles des enfants (les selles des enfants sont encore plus dangereuses que celles des adultes) ;

- Se laver les mains à l'eau et au savon immédiatement après avoir été à la selle, après avoir nettoyé les enfants (après les selles), avant de toucher ou de préparer la nourriture (surtout des nouveaux-nés) et avant de manger ;
- Protéger les aliments des mouches, des insectes, des rongeurs et des autres animaux ;
- Bien cuire les aliments et bien les réchauffer s'ils doivent être consommés longtemps après leur préparation ;
- Éviter tout contact entre les aliments cuits et les aliments crus ;

- Veiller à la propreté des concessions, de la cuisine, des ustensiles de cuisine, des canaris et autres récipients de conservation de l'eau ;
- Enterrer ou brûler les ordures ménagères pour empêcher la prolifération des microbes ;
- Rougeole et le VIH/SIDA sont souvent accompagnés de diarrhée grave. La vaccination contre la rougeole protège donc contre une des causes de la maladie. Mais il n'existe aucun vaccin contre la diarrhée elle-même.

LES MESURES PRÉVENTIVES

Les huit (08) règles d'or à suivre sont :

1. Utilisation d'eau propre en permanence
2. Lavage des mains au savon et à l'eau propre courante
3. Allaitement exclusif au sein jusqu'à l'âge de 6 mois
4. Bonne pratique de l'alimentation de complément (à partir du 6^{ème} mois)
5. Élimination hygiénique des selles des enfants
6. Utilisation des latrines
7. Vaccination antirougeoleuse
8. Protection contre la transmission du VIH.

EN BREF....

(les bons réflexes)

■ **Pour prévenir la diarrhée :**

- **Une bonne hygiène** : le lavage des mains au savon réduit significativement l'incidence des diarrhées
- Laver ses mains au savon et utiliser des latrines peut sauver la vie de près d'un enfant de moins de cinq ans sur 10
- Évacuer toutes les selles dans des latrines ou des toilettes ou les enterrer
- Boire de l'eau potable
- Laver, peler ou faire cuire tous les aliments

■ **En cas de diarrhée :**

- Dès l'apparition des signes de diarrhée, **donner des Sels de Réhydratation Orale (SRO)**
- **Consulter rapidement** un agent de santé qualifié en cas de signes de danger/complication.

