

Co zrobić w razie ostrej infekcji przewodu pokarmowego, tzw. grypy żołądkowej?

Na wstępie chciałbym zaznaczyć, że nie istnieje jednostka chorobowa o nazwie: „grypa żołądkowa”. Popularnym określeniem „grypy żołądkowej” można nazwać każdą ostrą infekcję, która daje objawy ze strony przewodu pokarmowego. W większości przypadków (ponad 90%) czynnikami wywołującymi chorobę są wirusy np. rotawirusy, norowirusy czy adenowirusy. Dużo rzadziej bakterie. Typowe objawy, z którymi boryka się pacjent, to: biegunka, wymioty, nudności, bóle brzucha i podwyższona temperatura ciała. Często te objawy bywają poprzedzone innymi objawami infekcji takimi jak: katar, ból gardła, ból głowy czy bóle kostno – stawowe. Oczywiście może wystąpić tylko jeden lub kilka z tych objawów. Bywa, że infekcje tego typu przebiegają bardzo burzliwie. Bywa też, że objawy są bardzo słabe. Najistotniejszą cechą tych schorzeń jest samoograniczanie się, czyli zdolność do ustępowania objawów nawet bez stosowania specjalnego leczenia. Ponadto nie pozostawiają trwałych następstw, dlatego uważane są za choroby o dobrym rokowaniu. Dlatego nie każda „grypa żołądkowa” wymaga konsultacji gastrologa. W większości przypadków wystarczające jest leczenie domowe. W razie wątpliwości czy pogarszania się ogólnego stanu – wizyta lekarska jest niezbędna.

Przebieg choroby zależy po części od zjadliwości (rodzaju) drobnoustroju, ale przede wszystkim od stanu odporności zaatakowanego organizmu człowieka. Silna infekcja atakując noworodka, niemowlę lub osobę poważnie chorą w podeszłym wieku, może nawet zabić, głównie z powodu odwodnienia i powikłań ze strony układu krążenia. Dlatego sposób leczenia zależy od nasilenia objawów i od stanu pacjenta.

W pierwszej dobie objawów zaleca się dietę ścisłą i intensywne nawadnianie (niegazowana woda, herbata). Przy nasilonych objawach trzeba dodać doustne płyny nawadniające np. gastrolit, dostępne bez recepty. Jeśli występuje duże odwodnienie – nawodnić trzeba kroplówką, zwykle wymaga to przyjęcia do szpitala. Należy unikać wszelkich wysiłków, zalecane jest zwolnienie z pracy, także po to by nie zarażać innych. W miarę ustępowania objawów dietę rozszerzamy stopniowo, aż do normalnej (zwykle możliwe jest to już po kilku dniach). Bardzo ważne jest ograniczenie spożycia mleka, które może być różnie długo nietolerowane.

Ponieważ nie istnieje skuteczne leczenie przyczynowe, a objawy i tak ustąpią inne leczenie stosujemy tylko wtedy, gdy są nasilone objawy. W razie gorączki stosujemy paracetamol (na dawkę 1g na dobę do 4g, u dzieci dawkę należy dostosować do masy ciała). Bóle brzucha mogą być bezpiecznie leczone lekami rozkurczowymi np. no-spa. Może być zastosowany lek p. biegunkowy dostępny bez recepty np. loperamid.