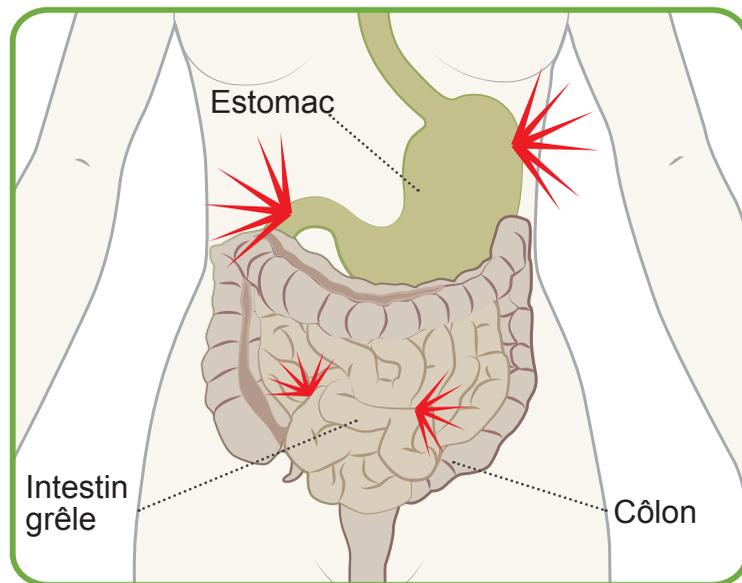


Gastroentérite et intoxication alimentaire



 Office d'éducation des patients du CUSM
MUHC Patient Education Office



 **MM**
Projet d'Informatique Médicale Maison de McGill
McGill Medical Medical Informatics

Ce document est aussi disponible sur l'Infothèque du CUSM :
infotheque.cusm.ca
l'Office d'éducation des patients du CUSM :
educationdespatientscusm.ca

Ce document a été conçu et rédigé par le Service des urgences du Centre universitaire de santé McGill.

Quel est le problème ?

La gastroentérite est une irritation de l'estomac et des intestins généralement causée par un virus. Appelée parfois « grippe intestinale », cette infection cause de la diarrhée et des vomissements.

L'intoxication alimentaire survient quand on consomme des aliments contaminés.

Que dois-je faire à la maison ?

- ▶ Reposez-vous et mangez légèrement.
- ▶ Buvez des petites gorgées d'eau souvent pour ne pas vous déshydrater. Évitez de trop boire d'un seul coup car cela peut causer des vomissements.
- ▶ Buvez de l'eau, des boissons pour sportifs, des solutions orales de réhydratation, du bouillon ou de la soupe.
- ▶ Évitez les jus de fruits, les boissons sucrées ou les produits laitiers, car ils peuvent aggraver la diarrhée.
- ▶ Lorsque vous vous sentez mieux, recommencez graduellement à manger en prenant de petites portions.
- ▶ Ne partagez pas vos boissons ou vos ustensiles. Lavez-vous les mains souvent afin d'éviter de contaminer d'autres personnes.
- ▶ Si le médecin vous a prescrit des médicaments, prenez-les en suivant exactement ses instructions.

Quand vais-je me sentir mieux ?

L'infection peut durer de 1 à 10 jours.

Quand faut-il retourner à l'urgence ?

Vous devez retourner à l'urgence immédiatement si:

- ▶ Vous êtes incapable de garder les liquides pendant 24 heures de suite
- ▶ Vous vomissez du sang
- ▶ Vous vomissez pendant 2 jours ou plus
- ▶ Vous avez du sang dans les diarrhées ou selles noires
- ▶ Vous avez de la fièvre supérieure à 38°C / 100,4°F pendant plus de 2 jours
- ▶ Vous avez plus de douleur abdominale
- ▶ Vous êtes extrêmement fatigué ou vous avez de la difficulté à vous lever
- ▶ Vous n'urinez pas beaucoup ou pas du tout

Notes