# Biegunki u chorego

**Autor**
Dorota Olszewska
Lekarz, Kierownik Medyczny Hospicjum

2 minuty czytania

O biegunce mówimy, gdy zwiększa się częstotliwość wypróżnień przy równoczesnej zmianie ilości i konsystencji stolca (płynna, półpłynna, wodnista). Często biegunce towarzyszy ból brzucha, osłabienie, gorączka.

**Przyczyną biegunki** może być spożycie pokarmów obciążających układ trawienny, alergie pokarmowe, infekcje bakteryjne lub wirusowe, przyjmowane leki, choroby przewlekłe i nowotworowe.

Biegunka nie jest groźna jeżeli trwa od kilku godzin do 2-3 dni. Trwająca dłużej i nawracająca może prowadzić do odwodnienia chorego. W takim przypadku konieczna jest konsultacja medyczna.

Metoda postępowania i leczenia będzie różniła się w zależności od stanu chorego po przebytym procesie leczenia oraz od przyczyny, która spowodowała lub nasiliła dane objawy.

## Przy biegunkach chorego:

- Wyeliminuj z diety chorego pokarmy mogące nasilać biegunkę, np. mleko i jego przetwory, świeże warzywa i owoce, bogatoresztkowe kasze. Ogranicz produkty ciężkostrawne i tłuste.
- Stosuj dietę kleikową, włącz do diety chorego: kleiki ryżowe, kasze, makarony, gotowane warzywa, zupy, gotowane mięso.
- Zadbaj, aby chory przyjmował więcej płynów, możesz podawać choremu gotowe produkty elektrolitowe (dostępne w aptece). Podawaj szklankę płynu po każdym obfitym luźnym wypróżnieniu.
- Zadbaj o odpowiednie zabezpieczenie skóry i okolic odbytu (luźne stolce często podrażniają). Używaj maści ochronnych aby stworzyć barierę na skórze.
- Jeżeli chory używa pieluch, biegunka będzie dla niego bardzo krępująca. Zadbaj o częstą i prawidłową zmianę pieluchy. Zapewnij warunki, w których chory będzie się czuł bezpiecznie, intymnie i zachowa godność.
- Włącz leki przeciwbiegunkowe, zgodnie z zaleceniami lekarza.
- Zwróć uwagę na kolor i zapach stolca. Jeśli jest wodnisty z obecnością śluzu, ropy, krwi może wskazywać na schorzenie przewodu pokarmowego lub infekcję. To wskazania do szybkiej konsultacji lekarskiej.

Materiały zamieszczone w serwisie bliskochorego.pl są opracowane przez ekspertów z dziedziny opieki paliatywnej, zgodnie z ich najlepszą wiedzą i doświadczeniem. Materiały te nie stanowią porady lekarskiej i psychologicznej, mają wyłącznie charakter informacyjny i nie mogą zastąpić bezpośredniej konsultacji ze specjalistą. W razie konieczności

uzyskania pomocy medycznej należy zgłosić się do właściwego specjalisty.