

# Gastro-entérite aiguë de l'adulte

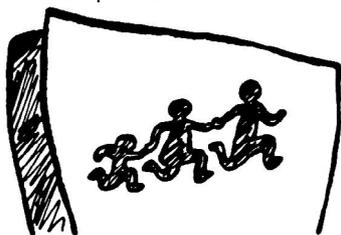


## Les points clés

Il s'agit d'une inflammation de l'intestin grêle et de l'estomac due à une infection du tube digestif. Elle occasionne un dérèglement du transit: les selles sont plus liquides ou nombreuses qu'à l'ordinaire et s'accompagnent d'éventuels vomissements.

### > LES CAUSES

L'agent infectieux responsable est très souvent un virus



(épidémies automnales et hivernales), parfois une bactérie (intoxication alimentaire par une salmonelle) et rarement, un parasite. La transmission virale se fait par les mains, les selles ou les objets souillés, d'où l'importance du lavage des mains.

### > LES SIGNES

Ils apparaissent un à quelques jours après le contact avec le virus: nausées et/ou vomissements; selles molles voire liquides comme de l'eau; maux de ventre; production de gaz augmentée (pets et rots); fièvre; perte de poids.

### > LE RISQUE

**C'est la déshydratation.** Elle concerne surtout les jeunes enfants et les personnes âgées.

### > L'ÉVOLUTION

La gastro-entérite guérit en 48 à 72 heures avec des règles diététiques simples. Si ça n'est pas le cas, il faut revoir votre médecin. Il jugera de la nécessité de réaliser un bilan complémentaire (analyse des selles pour rechercher une bactérie ou un parasite; prise de sang... etc.).



## Le traitement

### Compensez les pertes d'eau et de minéraux

- Alternez l'eau sucrée et bouillons salés pour les adultes;  
- Utilisez des solutés de réhydratation orale pour les enfants et les personnes âgées (en pharmacie ou à préparer soi-même avec 1 litre d'eau, une demi cuillère à café de sel et 5 cuillères à café rases de sucre).

Même si la réhydratation peut augmenter la diarrhée de façon transitoire, il faut la poursuivre. En cas de déshydratation majeure, la perfusion sous cutanée peut être utile aux personnes âgées.

*Évitez les dérivés de Cola car leur composition n'est pas appropriée.*

### Les autres médicaments

Ils visent à soulager les symptômes:

- Le paracétamol lutte contre la fièvre et les douleurs;
- D'autres médicaments améliorent la consistance des selles en cas de diarrhées.

**Attention: certains médicaments sont déconseillés en cas de glaires et de sang dans les selles.**

### Les antibiotiques

Lorsqu'il y a du sang et des glaires dans les selles ou qu'une intoxication alimentaire est possible, une bactérie peut être en cause (ex: la salmonelle). Un traitement antibiotique peut être nécessaire. Pour le confirmer, votre médecin vous prescrira une analyse des selles car d'autres maladies peuvent donner ces signes.



## La prévention

- **Collectivité** : lavez-vous les mains plusieurs fois par jour après chaque passage aux toilettes et avant chaque repas ;
- **Précautions** : Lavez les poignées de porte, de chasse d'eau ; lavez les vêtements et la literie à haute température ;
- **Allaitement** : Poursuivez-le, il protège votre bébé ;
- **Diététique** : bien que cela ne soit pas démontré, on conseille souvent d'éviter le lait, les laitages, le café, la charcuterie, la viande en sauce, les fritures, les crudités et les agrumes. On conseille également en cas de diarrhées abondantes de privilégier le riz, les pommes de terre à l'eau, les pâtes, l'avoine et le blé, les fruits et les légumes cuits (compotes); de boire souvent des boissons non gazeuses et non alcoolisées.



## Quand reconsulter?

- Si les symptômes persistent au-delà de 5 jours ;
- en présence de glaires ou de sang dans les selles ;
- si vous tolérez mal l'infection ;
- en cas de perte de poids chez la personne âgée.

**Rédigé par** : Dr Sustersic, juin 2010. **Mise à jour et validation** : comité de lecture de la SSMG, Dr MSustersic, août 2016. **Sources**: Revue Prescrire oct.2008 ; Cochrane Database of Systematic Reviews : issue 2:2009; 100 stratégies thérapeutiques éd.2005. www.ebm-practice.net consulté en août 2016. **Contact** : melaniesustersic@yahoo.fr ; **Illustration** : O.Roux.