

# BioGaia®

Hasmenés-  
hányás  
kisokos



Még több információ és jótanács:  
[www.biogaia.hu](http://www.biogaia.hu)

# Okok és terápia

## Hasmenés, hányás - bárhol, bármikor

Egészséges emberek életük során többször is szenvednek hasmenéssel, hányással. Enyhe tünetek esetében elegendő lehet **igazolt hatású élőflórás készítmények** alkalmazása a tünetek csökkentésére, a bélflóra helyreállítására.

Súlyosabb az **akut hasmenés** (szakszóval: akut gastroenteritisz), amelynek legfőbb jellemzője, hogy hirtelen jelentkezik, naponta többször, és általában egy héten belül elmúlik. Kísérheti hasi fájdalom és görcs, láz, elesettség, levertség, puffadás és hányinger, **hányás** is. Az akut hasmenést, hányást **leggyakrabban vírusok, ritkábban kórokozó baktériumok okozzák.**



A tünetek megjelenésekor kezdjük meg otthon a terápiát - így a beteg diszkomfortérzését csökkenthetjük, a betegség időtartamán rövidíthetünk, és a kiszáradást, kórházi kezelést megelőzhetjük.

Az ESPGHAN\* által javasolt terápia 2 fontos eleme:



### Speciális ORS készítmény

- 3-4 órán belül gyors rehidráció a folyadékvesztés pótlására



### Étrend

- anyatejes táplálás folytatása
- gyors rehidráció után normál étrend folytatása diéta nélkül

\* Európai Gyermek-gastroenterológiai, Hepatológiai és Táplálkozástudományi Társaság

Továbbá javasolható olyan **élőflórás készítmény**, amely igazoltan segíti a bélflóra helyreállítását - kérdezze orvosát, gyógyszerészét! Nem javasolt viszont a széntabletta (különösen gyermekkorban), illetve a cukros üdítőitalok.

## Tippek, trükkök, ha nem ízlik az ORS a kicsinek

A legkorszerűbb ORS-ek nem tartalmaznak mesterséges színezékeket és ízesítőket, és speciális összetételüknek köszönhetően enyhén sós ízűek. Előfordulhat, hogy ezért a kis betegek nem szívesen fogyasztják, de íme néhány trükk, amit érdemes kipróbálni:



- **Hűtsük be** - a hideg folyadék íze enyhébb.
- **Keverjük ízesítetlen gyümölcs-teába** - ez elveszi a sós ízt.

- **Adjuk szívószállal** - mivel a sós ízt a nyelvünk elülső felével érzékeljük, a folyadék viszont szívószállal hátra kerül.

# BioGaia Protectis ORS

## Mitől több, mint más ORS-ek?

A BioGaia Protectis ORS az egyetlen 3in1 orális rehidrááló készítmény:

- 1 ásványi sókkal
- 2 az emberi bélflóra számára természetes baktériumtörzssel: *L. reuteri* Protectis-szel - egyetlen ORS tasakban 10 BioGaia rágótabletta mennyiségben!
- 3 cinkkel

Születéstől fogva adható, gyerekeknek, felnőtteknek. Várandósság alatt is biztonsággal alkalmazható. Klinikailag bevizsgált étrendkiegészítő orális rehidrááló oldat készítéséhez. Összetétele megfelel az ESPGHAN javaslatának.



Vény nélkül, online megrendelhető itt is: [patika.biogaia.hu](http://patika.biogaia.hu)

## Hogyan adagoljuk az ORS-t?

Mielőbb kezdjük meg az ORS adagolását! Az orális rehidrááló oldat (röviden ORS vagy ORF) a víz, a sók és a cukor optimális egyensúlyát biztosítja, ez segíti a testet a folyadék jobb felszívásában.



Az ESPGHAN javaslata szerint 150–300 ml folyadékot igyon óránként a beteg, mégpedig úgy, hogy:

- ✓ Az 1. órában: legalább 5 ml (1–2 teáskanál) ORS 5 percenként, kortyonként
- ✓ A tünetek javulásakor: 10–20 ml ORS 5–15 percenként

Folytassuk a terápiát 10-14 napig!

**1-2. nap**

Folyadék- és ásványianyag-vesztés pótlása ORS-sel

**~3-14. nap**

Bélflóra helyreállítás megfelelő készítményekkel



**Jó tudni: az ORS nem túladagolható, a napi folyadék-fogyasztás 100 százalékát érdemes ebből fedezni a betegség első napjaiban!**



## Jó egészséget, gyors javulást kívánunk!

Jogszábeli figyelmeztetés: A fenti megállapítások a humán flóra és azon belül a bélflóra működését érintő általános információk, nem a *L. reuteri*vel kapcsolatos egészségügyi állítások. A BioGaia készítményekben található baktériumtörzs egyedi tulajdonságairól csak egészségügyi szakember (orvos, gyógyszerész, védőnő) nyújthat tájékoztatást.

# Ezeket tartalmazza A CSALÁDI PATIKA!

Gondtalan családi nyaralás, pihenés otthon, kirándulás – ennek biztosítéka a jól felszerelt családi patika. Segítségképp használja az alábbi, gyermekorvosi javaslatok alapján összeállított listát!



lázmérő



fájdalom- és lázcsillapító



fülcsepp  
fülfájás esetén



orálbiotikum  
felső légúti  
fertőzésre



sebfertőtlenítő  
spray



spray/krém  
égési sérülésre



kötszer,  
ragtapaszok



hámosító kenőcs  
horzsolások  
hámsérülésekre



orális rehidráló  
(ORS)  
élőflórával



élőflórás  
készítmények



ampullázott  
fiziológiás sóoldat  
vagy műköny  
gyulladt/irritált  
szemre



antihisztamin  
allergiás tünetek  
ellen (csipések,  
kiütések)



orrspray -  
fiziológiás sóoldatos  
vagy nagyobbaknak  
orcsepp



kullancscsipesz



utazásihányinger-  
csillapító

Egyéb javaslatok:

.....

.....

.....

.....

