

BioGaia®



**Hasmenés-
hányás
kisokos**



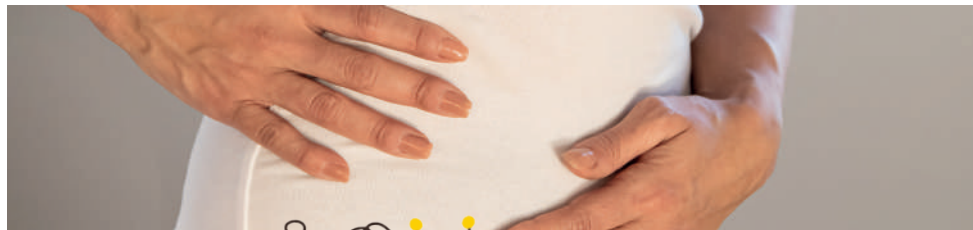
Még több információ és jótanács:
www.biogaia.hu

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 bélflóra helyreállítására. Súlyosabb az **akut hasmenés** (akut gastroenteritis), amely hirtelen jelentkezik, naponta többször, és általában egy héten belül elmúlik.

Leggyakoribb okok: • főként vírusok, pl. norovírusok • ritkábban kórokozó baktériumok • gyógyszerek, pl. antibiotikum • gyomorrontás • élelmiszer-intolerancia, -allergia



Tünetek:

- a megszokottnál hígabb széklet, naponta legalább 3x
- Kísérheti:* • hányinger, hányás • hasi fájdalom, görcs • puffadás • láz • elesttség, levertség

Feltétlenül forduljunk orvoshoz, ha:

- a folyadékot nem sikerül visszapótolni
- megjelennek a kiszáradás jelei
- a tünetek 2-3 napon túl is fennállnak
- láz, véres vagy nyákos széklet, erős hasi fájdalom is jelentkeznek
- a beteg újszülött vagy csecsemő

Mielőbb 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

- 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 (főleg gyermekekben), illetve a szénsavas és a cukros üdítőitalok, gyümölcslevek.

Tipppek, trükkök, ha az ORS fogyasztásához:

A legkorszerűbb ORS-ek nem tartalmaznak mesterséges színezékeket és ízesítőket, és speciális összetételüknek köszönhetően enyhén sós ízűek. Íme néhány trükk, amit érdemes kipróbálni:

- **Hútsuk be** - a hideg oldat íze enyhébb.
- **Adjuk szívószállal** - mivel a sós ízt a nyelvünk első felével érzékeljük, a folyadék viszont szívószállal hátra kerül.
- **Keverjük ízesítetlen gyümölcslevekbe** - ez elveszi a sós ízt.

BioGaia ORS

A családi patika alapeleme

Klinikailag bevizsgált készítmény akut gastroenteritisz: **hányás, hasmenés** következtében fellépő kiszáradás diétás ellátására. A BioGaia ORS az egyetlen 3in1 orális rehidrátor:

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

Adható gyermekeknek 3 éves kortól és felnőtteknek. Várandósság alatt is biztonságosan alkalmazható. **Összetétele megfelel az ESPGHAN javaslatának.**



Kapható **EP-kártyára** is a patikákban, vagy megrendelhető itt: patika.biogaia.hu

Speciális gyógyászati célra szánt élelmiszer

Hogyan adagoljuk az ORS-t?

Mielőbb kezdjük meg az ORS adagolását! Az orális rehidrátor 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** Bélfóra helyreállítása megfelelő készítményekkel



Jó tudni: a BioGaia ORS nem túlادagolható, a napi folyadékfogyasztás 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, orvosi javaslatok alapján összeállított listát!



○ lázmérő



○ fájdalom- és
lázcsillapító,
min. kétféle



○ fülcsepp
fülfájásoknak



○ orálbiotikum
felső légúti
fertőzésre



○ kötszer,
ragtapszok



○ hámosító kenőcs
horzsolások
hámsérülésekre



○ sebfertőtlenítő
spray



○ spray/krém
égési sérülésre



○ orális rehidráló
(ORS)
éleflórával



○ éleflórás
készítmények
a családnak



○ rovarriasztó
krém, spray
vagy más



○ antihisztamin
allergiás tünetek
ellen (csípések,
kiütések)



○ kullancscsipesz



○ orrspray - fizioló-
giás sóoldatos
vagy nagyobbak-
nak orrcsepp



○ utazásihányinger-
csillapító



○ rugalmas
pólya (fásli)



○ izomlazító/
görcsoldó
krém, tapasz

Egyéb javaslatok:

