



Okužbe prebavil, ki jih povzročajo virusi, so pri otrocih zelo pogoste. Med najpogostejšimi povzročitelji so rotavirusi. Najhuje zbolijo dojenčki in malčki do 3. leta starosti. Okužbe se kažejo z bruhanjem in drisko in/ali vročino. Prebavni virusi se prenašajo preko stikov z okuženimi rokami, površinami in predmeti (igrače, kljuke, stranišča itd.).

Bakterijske črevesne okužbe, ki jih najpogosteje povzročata salmonela in kampilobakter, so redkejše od virusnih. Prenasajo se z neustrezno toplotno obdelano hrano, preko onesnaženih kuhinjskih površin ali z neustrezno hranjeno hrano (meso, jajca), predvsem v poletnih mesecih.

Kako jih preprečujemo?

Osnovni ukrepi za preprečevanje širjenja okužbe vključujejo:

- temeljito umivanje rok po uporabi stranišč in menjavi plen,ic,
- razkuževanje površin, igrač, kopalnic, kljuk,
- izogibanje stiku z okuženimi osebami,
- domača nega še 48 ur po zadnjem bruhanju ali odvajanju tekočega blata,
- skrb za pravilno pripravo hrane (ločena deska in nož za meso ter ostalo hrano), umivanje rok po rokovanju s surovimi jajci in mesom,
- skrb za uporabo ustrezno toplotno obdelane hrane in neoporečne vode.

Rotavirusne okužbe preprečujemo s cepljenjem v obliki sirupa, ki je priporočeno za vse dojenčke, mlajše od 6 mesecev. Cepljenje učinkovito preprečuje hujše oblike bolezni.

Kako prepoznamo okužbe prebavil?

- Driska (pogosto vodena, pri bakterijskih povzročiteljih lahko tudi prisotnost sluzi ali krvi v blatu),
- bruhanje, pogosto večkrat na dan,
- vročina,
- bolečine v trebuhu (krči).

Težave lahko trajajo tudi do 14 dni z vmesnimi prehodnimi izboljšanji in poslabšanji.

Kateri so možni zapleti?

Najpogostejši zaplet pri prebavnih virusnih okužbah je **dehidracija**, ki se lahko pojavi hitro, še posebej pri dojenčkih. Dehidriran otrok je brez energije, utrujen, nerazpoložen, zaspan ali zelo razdražljiv, ima suha usta, obložen jezik, manj lula. Lahko pride tudi do drugih zapletov, kot so uvihanje črevesa, težave z ledvicami, okužba krvi in vnetje centralnega živčevja (pogosteje pri otrocih z oslabiljenim delovanjem imunskega sistema). Okužba s salmonelo lahko redko povzroči tudi vnetje sklepov ali kosti, okužba s kampilobaktrom pa dodatno še pojav bolečih izpuščajev, predvsem po nogah.

Kako postopamo doma?

- Nadomeščanje tekočin, soli in sladkorja: otroku ne ponujamo samo vode, ampak oralno rehidracijsko raztopino (kupimo jo v lekarni) ali naraven 100% jabolčni sok, redčen z vodo v razmerju 1:1 (pol vode, pol soka), sladkan čaj, tudi juho,
- po bruhanju počakamo z nadomeščanjem tekočine pol ure, nato dajemo požirek za požirkom na nekaj minut (lahko s pomočjo žličke, brizge, slamice ipd.),
- lajšanje vročine in bolečin,
- počitek,

Gradivo je informativne narave in kot tako namenjeno izključno splošnemu informiranju. Gradivo ne more nadomestiti pregleda pri zdravniku. Opisane informacije so splošne narave in morda niso primerne za vsak posamezen primer. V primeru nejasnosti ali vprašanj se posvetujte s svojim zdravnikom, v primeru nujnih stanj vedno pokličite 112. Gradivo temelji na smernicah, veljavnih v maju 2026. Pregledali so ga pediatri in zdravniki, ki obravnavajo otroke in mladostnike. Avtorji gradiva ne zagotavljajo, da so informacije vedno popolne, popolnoma posodobljene ali primerne za vsak klinični primer. Prav tako ne prevzemajo odgovornosti za kakršnekoli posledice, ki bi lahko nastale zaradi uporabe navedenih informacij. Uporaba gradiva je na lastno odgovornost.



- dieta ni potrebna, otrok naj uživa hrano, ki jo želi, izogibamo pa se mastni, težko prebavljivi in močno začinjeni hrani,
- čim prej po začetku težav lahko pričnemo z dajanjem probiotikov.

Kdaj k zdravniku?

- Če otrok ne more zadržati tekočine zaradi pogostega bruhanja,
- če so prisotni znaki dehidracije (otrok ima suha usta, je žejen, manj lula oz. ima dlje časa suho pleničko, joka brez solz, lahko ima vdrte oči, je bolj zaspan ali razdražljiv),
- če driska traja več kot 3 dni ali postane krvava,
- če se vročina ne zniža po 3 dneh,
- če je starost otroka manj kot 6 mesecev ali ima pridružene bolezni,
- če ima otrok hude bolečine v trebuhu,
- če se pojavijo epileptični krči, zmedenost, izrazita zaspanost, težave z govorom ali gibanjem, močan glavobol, bolečine v vratu ali sklepih.



Gradivo je informativne narave in kot tako namenjeno izključno splošnemu informiranju. Gradivo ne more nadomestiti pregleda pri zdravniku. Opisane informacije so splošne narave in morda niso primerne za vsak posamezen primer. V primeru nejasnosti ali vprašanj se posvetujte s svojim zdravnikom, v primeru nujnih stanj vedno pokličite 112. Gradivo temelji na smernicah, veljavnih v maju 2026. Pregledali so ga pediatri in zdravniki, ki obravnavajo otroke in mladostnike. Avtorji gradiva ne zagotavljajo, da so informacije vedno popolne, popolnoma posodobljene ali primerne za vsak klinični primer. Prav tako ne prevzemajo odgovornosti za kakršnekoli posledice, ki bi lahko nastale zaradi uporabe navedenih informacij. Uporaba gradiva je na lastno odgovornost.