

## VÅRD AV DIARRÉ

Orsakerna till diarré är många . Orsaken kan vara din grundsjukdom, given strålbehandling, gjorda operationer, mediciner eller infektioner.

Den viktigaste vården vid diarré är ett tillräckligt **vätskeintag** (vatten, mineralvatten, milda idrottsdrycker), ca 2,5 -3 liter per dygn. För att förhindra uttorkning bör vätskan innehålla **socker och salt i rätt mängd**. Du kan t.ex. tillsätta 2 tsk socker i en kopp te och äta saltkex till. Undvik mjölkprodukter, fet mat som smälter långsamt, för mycket kaffe och alkoholhaltiga drycker. För mycket socker, sorbitol eller xylitol kan också förorsaka diarré. Pröva istället soppor, mosad mat eller färdig barnmat. Från apoteket fås näringslösningar, exempelvis Osmosal för skötsel av diarré.

Vid vård av diarrén kan loperamid användas som symtomlindring och för behandling av smärtor t.ex. parasetamol, ibuprofen eller Litalgin (receptmedicin). Om loperamid inte hjälper, man kan pröva Hidrasec 100mg tablett x3/dygn (recept behövs). Efter bortoperation av bukspottkörteln används Creon tabletter vid måltider för behandling av kronisk fettdiarré (receptläkemedel, specialersättning möjlig).

Ifall en patient som får cancer- eller blodsjukdomsbehandling som symptom har både **feber och diarré**, kan förutom vätskebehandling också antibiotika behandling behövas.

Ifall Du lider av kronisk diarré (t.ex. magopererad patient, patient med stomi), ger näringsterapeuten dig personliga vårdföreskrifter angående mat och näringstillskott.

### Loperamid (Imodium, Imocur) bruksanvisningar:

**Akut diarré:** Börja med 2 kapslar. Därefter 1 kapsel efter varje avföring, högst 8 kapslar under ett dygn. Ifall medicinen inte hjälper inom 48 timmar, avsluta medicineringen och ta kontakt med läkare.

**Kronisk diarré:** Börja med 2 kapslar. Därefter 1 kapsel efter varje avföring tills tillståndet stabiliserats. Som fortsatt vård intas vanligtvis 2-4 kapslar/dygn, högst 8 kapslar i dygnet. Ifall medicineringen inte ger önskat resultat inom 10 dygn, bör medicinering avslutas.

Ifall du inte ha hjälp av överstående föreskrifter och diarrén fortsätter eller du har blodig avföring eller feber, rekommenderas att du kontaktar den behandlande enheter eller närmaste jourmottagning för läkarbedömning.