CIRIT-BIRIT (DIARRHOEA)

Pengenalan

Cirit-birit biasa berlaku pada kanak-kanak. Ia biasanya akan sembuh dengan sendirinya tanpa menyebabkan komplikasi-komplikasi lain.

Apakah Diarrhoea?

Diarrhoea adalah satu keadaan dimana saluran najis menjadi longgar dan najis berair. Najis akan keluar lebih kerap daripada biasa.

- Diarrhoea akut – terjadi dengan tiba-tiba dan berterusan kurang daripada dua minggu
- Diarrhoea teruk (kronik) – berterusan hingga lebih dua minggu.

Apakah penyebab diarrhoea?

Biasanya diarrhoea disebabkan oleh jangkitan pada usus disebabkan oleh makanan atau air yang tercemar. Ia juga boleh disebabkan bukan kerana jangkitan tetapi ini sangat jarang berlaku.

Sebab-sebab jangkitan:

Tranmisi biasanya berlaku daripada individu kepada individu yang lain

- Bakteria
- contoh.; *Shigella, Campylobacter, Escherichia coli*
- Virus
- contoh; *Norwalk virus, Rotavirus*
- Parasit
- contoh;. *Giardia lambdia, Entamoeba histolytica*

Bukan sebab-sebab jangkitan

- Toleransi kepada makanan – tiada toleransi terhadaplaktosa
- Reaksi ubat-ubatan
- anti-biotik tertentu
- Penyakit berkaitan usus – inflammatory bowel disease, sejenis penyakit yang mana tidak mampu untuk menghadamkan lemak.
- Functional bowel disease (Penyakit fungsi usus) – irritable bowel syndrome (sindrom radang usus)

Apakah tanda-tanda dan simptom Diarrhoea?

- Perut rasa memulas lebih kerap
- Cirit-birit
- Mual dan muntah-muntah
- Demam
- Hilang selera makan
- Sakit perut/kejang
- Kembung perut

Kanak-kanak mungkin kelihatan normal atau mungkin ada tanda-tanda dihidrasi.

Bagaimana mengenal dihidrasi?

Dihidrasi ringan dan sederhana

- Mulut dan lidah kering
- Bibir merekah
- Tiada atau hanya sedikit sahaja air mata jika menangis
- Gelisah
- Tidak kencing sehingga 4-6 jam
- Ubun-ubun kepala bayi tenggelam

Dihidrasi teruk (kronik)

Semua tanda-tanda di atas dan diikuti tanda berikut :

- Kulit kering dan berkedut
- Kanak-kanak kelihatan tidak bermaya, sangat letih dan tidak aktif
- Enggan makan
- Mata cengkung
- Sukar bernafas
- Nadi yang lemah dan cepat
- Tangan dan kaki terasa sangat sejuk

Apakah tanda-tanda yang bahaya yang perlu diberi perhatian?

Dapatkan rawatan dengan cepat sekiranya anak anda ada tanda-tanda ini :

- Tanda-tanda dihidrasi
- Darah pada najis atau najis bewarna hitam

- Cirit-birit yang berterusan hingga lebih 48 jam
- Hilang berat badan
- Mengantuk dan kelihatan lali
- Demam > 38 darjah selsius
- Enggan makan

Kesan komplikasi diarrhoea yang teruk?

- Organ badan tidak berfungsi termasuk kegagalan ginjal
- Jangkitan Sistemic (systemic infection)
- Tiada toleransi terhadap laktosa peringkat sekunder (Secondary lactose intolerance)
- Rasa sakit disekeliling kawasan dubur

Bagaimana mengurus kanak-kanak yang mendapat diarrhoea?

Rehidrasi

Penting untuk menggantikan air dalam badan yang hilang.

Teruskan penyusuan susu ibu disamping memberi minum air garam rehidrasi (ORS)

Sekiranya bayi tidak menyusu badan – teruskan memberi bayi makan makanan biasa dan minum air garam rehidrasi ORS (Oral rehydration salt) garam oral rehidrasi

Jumlah cecair ORS (garam rehidrasi) yang perlu diberikan : (Gunakan sudu atau picagari kecil)

Umur bayi 6 bulan ke bawah

- 30 hingga 90mls setiap jam

Umur 6 bulan hingga 1 tahun

- 90 hingga 120mls setiap jam

Umur atas 1 tahun

- 120 hingga 240 mls setiap jam

Fasa pemulihan

- Apabila keadaan anak bertambah baik teruskan dengan memberi ORS solution dan susu badan. Dengan perlahan tambahkan jumlahnya untuk mengembalikan selera anak tersebut.
- Makanan biasa boleh dimulakan selepas 24 hingga 48 jam jika anak itu mula pulih.
- Keadaan najis akan kembali normal selepas 7 hari menjalani diarrhoea.

Susu

- Elakkan daripada menukar susu formula sesuka hati
- Dapatkan nasihat doktor jika anda dapati susu formula yang anda berikan tidak sesuai untuk anak anda.

Perubatan

Perubatan untuk menghentikan Diarea-hendaklah dielakkan kerana :

- Tidak selamat untuk bayi dan anak
- Daya tahan melawan jangkitan akan terganggu

Anti-biotik

- Secara umumnya tidak perlu –dapatkan nasihat doktor

Krim-krim semasa

- Krim seperti jeli petrolium dan zink oksida boleh membantu melegakan kesakitan bahagian punggung bayi yang sakit.

Rawatan untuk Diarrhoea kronik

- Siasatan dan penilaian terperinci perlu dilakukan sebelum menentukan rawatan yang khusus untuk kes-kes diarrhoea yang teruk

Bagaimana Diarrhoea boleh dicegah daripada kanak-kanak?

- Minum air yang dimasak
- Elak makanan yang mentah kecuali disediakan oleh anda sendiri dengan bersih.
- Cuci tangan dengan bersih selepas menyediakan makanan, pergi ke tandas, menukar lampin dan sebelum memegang makanan.
- Buang lampin pakai buang dengan betul