

Keluhan Diare Pada Anak dan Ketahui Cara Penanganannya



Sumber Foto : Freepik.com

Tentunya keluhan diare pada anak sering terjadi ya, para orang tua harus tau nih penanganan yang tepat untuk mengatasinya, yuk simak pada artikel berikut!

Diare diartikan sebagai buang air besar yang encer atau cair sebanyak tiga kali atau lebih per hari atau buang air besar lebih sering dari biasanya.

Diare memang sering terjadi pada anak yang biasanya akan berlansung 1 hingga 2 hari dan akan membaik sendirinya. Namun jika diare berlangsung lebih dari 2 hari anak Anda mungkin mengalami masalah serius.

Penyebab diare pada anak

Diare pada anak dapat disebabkan karena banyak hal antara lain:

- Infeksi bakteri
- Infeksi virus
- Intoleransi makanan
- Alergi makanan
- Infeksi parasit
- Efek samping dari obat
- Penyakit saluran cerna
- Masalah dari fungsi pencernaan
- Operasi pada perut atau kantung empedu

Infeksi baik itu oleh virus, bakteri dan parasit merupakan penyebab diare tersering. Virus, terutama Rotavirus merupakan penyebab utama (60-70%) diare infeksi pada anak, sedangkan sekitar 10-20% adalah bakteri dan kurang dari 10% adalah parasit.

Gejala yang dialami

Saat anak Anda menderita diare mungkin akan disertai dengan gejala berikut:

- Kram pada perut
- Nyeri perut
- Kembung
- Mual
- Demam
- Tinja disertai darah
- Dehidrasi

Ancaman paling parah yang ditimbulkan oleh diare adalah dehidrasi. Selama episode diare, air dan elektrolit (natrium, klorida, kalium dan bikarbonat) hilang melalui tinja cair, muntah, keringat, urin, dan pernapasan. Dehidrasi terjadi ketika kehilangan ini tidak diganti.

Segera bawa ke fasilitas kesehatan terdekat jika anda melihat tanda tanda dehidrasi pada anak , seperti:

- Anak terlihat lemas dan tidak sadar
- Gelisah
- Mata cekung
- Sangat haus atau justru tidak mau minum
- Bibir kering
- Cubitan pada kulit kembali lama

Penanganan diare pada anak

Saat anak mengalami diare, tubuh akan kehilangan banyak cairan. Kunci utama untuk mengatasi diare pada anak adalah dengan cara mempertahankan agar anak tetap terhidrasi, sehingga cairan dan elektrolit yang keluar dari tubuh dapat tergantikan.

Anak tanpa dehidrasi atau dehidrasi ringan sedang dapat di rawat di rumah dengan tetap memberikan ASI dan pemberian oralit. Jika anak dapat minum berikan oralit namun apabila anak muntah terus menerus anak harus mendapatkan terapi cairan di rumah sakit. Jangan berikan minuman seperti jus dan soda karena dapat memperburuk diare pada anak.

Antibiotika tidak diberikan secara rutin pada diare akut, meskipun dicurigai adanya bakteri sebagai penyebab keadaan tersebut, karena sebagian besar kasus diare akut merupakan *self limiting*. Pemberian antibiotika yang tidak tepat akan memperpanjang keadaan diare akibat disregulasi mikroflora usus.

Pencegahan diare pada anak

Langkah-langkah utama untuk mencegah diare meliputi:

- Akses ke air minum yang aman
- Sanitasi yang baik
- Jaga kebersihan pribadi dan makanan
- Cuci tangan pakai sabun
- ASI eksklusif selama enam bulan
- Vaksinasi rotavirus

Referensi :

- American College of Gastroenterology. Diarrhea in Children
- IDAI (2014). Bagaimana Menangani Diare Pada Anak
- Johns Hopkins. Diarrhea in Children
- WHO (2017). Diarrhoeal disease.