

English	Romanian	Română
<h1>Gastroenteritis</h1> <h2>About gastroenteritis</h2> <p>Gastroenteritis is a very common condition that causes diarrhoea and vomiting. It's usually caused by a bacterial or viral tummy bug.</p> <p>It affects people of all ages, but is particularly common in young children.</p> <p>Most cases in children are caused by a virus called rotavirus. Cases in adults are usually caused by norovirus (the "winter vomiting bug") or bacterial food poisoning.</p> <p>Gastroenteritis can be very unpleasant, but it usually clears up by itself within a week. You can normally look after yourself or your child at home until you're feeling better.</p> <p>Try to avoid going to your GP, as gastroenteritis can spread to others very easily. Phone the 111 service or your GP if you're concerned or need any advice.</p> <p>This page covers:</p> <ul style="list-style-type: none"> Symptoms of gastroenteritis What to do if you have gastroenteritis 	<h2>Gastroenterită</h2> <h3>Despre gastroenterită</h3> <p>Gastroenterita este o afecțiune foarte obișnuită care cauzează diaree și vărsături. În general, este cauzată de un microrganism bacterian sau viral din stomac.</p> <p>Afectează persoane de toate vîrstele dar este îndeosebi obișnuită în rândul copiilor mici.</p> <p>Majoritatea cazurilor la copii sunt cauzate de un virus numit rotavirus. Cazurile în rândul adulților sunt, de obicei, cauzate de norovirus ("microrganism cauzator de vomă iarna") sau toxiinfectii alimentare bacteriene.</p> <p>Gastroenterita poate fi foarte neplăcută, dar în general trece de la sine într-o săptămână. În mod normal, puteți avea grija de dumneavoastră sau de copilul dumneavoastră acasă până când vă simțiți mai bine.</p> <p>Încercați să evitați să mergeți la medicul de familie deoarece gastroenterita se poate răspândi foarte ușor. Sunați la serviciul 111 sau la medicul de familie dacă sunteți îngrijorat sau aveți nevoie de sfaturi.</p> <p>Această pagină acoperă:</p> <ul style="list-style-type: none"> Simptomele gastroenteritei Ce să faceți dacă aveți gastroenterită 	<h2>Română</h2>

When to get medical advice

Looking after a child with gastroenteritis

Getting medical advice for your child

How gastroenteritis is spread

Preventing gastroenteritis

Symptoms of gastroenteritis

The main symptoms of gastroenteritis are:

- sudden, watery diarrhoea
- feeling sick
- vomiting, which can be projectile
- a mild fever

Some people also have other symptoms, such as a loss of appetite, an upset stomach, aching limbs and headaches.

The symptoms usually appear up to a day after becoming infected. They typically last less than a week, but can sometimes last longer.

What to do if you have gastroenteritis

If you experience sudden diarrhoea and vomiting, the best thing to do is stay at home until you're feeling better. There's not always a specific treatment, so you

Când să obțineți asistență medicală

Cum să îngrijiți un copil cu gastroenterită

Cum să obțineți sfaturi medicale pentru copilul dumneavoastră

Cum se răspândește gastroenterita

Prevenirea gastroenteritei

Simptomele gastroenteritei

Principalele simptome de gastroenterită sunt:

- diaree bruscă și apoasă
- vă este rău
- stare de vomă, care poate fi proiectilă
- febră usoară

Unele persoane au și alte simptome precum pierderea apetitului sau **stomac deranjat**, dureri ale membelor și dureri de cap.

Simptomele apar de obicei la o zi după infectare. În general, acestea durează mai puțin de o săptămână dar câteodată pot dura mai mult.

Ce să faceți dacă aveți gastroenterită

Dacă aveți diaree bruscă și vărsături, cel mai bun lucru pe care îl puteți face este să stați acasă până vă simțiți mai bine. Nu există întotdeauna un tratament anume, aşa că trebuie să lăsați boala să își

have to let the illness run its course.

You don't usually need to get medical advice, unless your symptoms don't improve or there's a risk of a more serious problem.

To help ease your symptoms:

- Drink plenty of fluids to avoid **ddehydration** – You need to drink more than usual to replace the fluids lost from vomiting and diarrhoea. Water is best, but you could also try fruit juice and soup.
- Take **paracetamol** for any fever or aches and pains.
- Get plenty of rest.
- If you feel like eating, try small amounts of plain foods, such as soup, rice, pasta and bread.
- Use special rehydration drinks made from sachets bought from pharmacies if you have **signs of dehydration**, such as a **dry mouth** or dark urine – read about **treating dehydration**.
- Take anti-vomiting medication (such as metoclopramide) and/or antidiarrhoeal medication (such as loperamide) if you need to – some types are available from pharmacies, but check the leaflet that comes with the medicine. You can also ask your pharmacist or GP for advice about whether they're suitable.

Gastroenteritis can spread very easily, so you should wash your hands regularly while you're ill and stay off

urmeze cursul.

În general, nu aveți nevoie de asistență medicală, decât dacă simptomele nu se ameliorează sau există riscul unei probleme mai grave.

Pentru a vă ajuta să calmați simptomele:

- beți multe lichide pentru a evita **deshidratarea** – trebuie să beți mai mult decât de obicei pentru a înlocui lichidele pierdute datorate vărsăturilor și diareei. Apa este cea mai bună dar puteți încerca și suc și supă.
- luați **paracetamol** pentru febră sau dureri.
- odihniți-vă foarte mult.
- dacă simțiți că puteți mâncă, încercați cantități mici de mâncare simplă precum supă, orez, paste sau pâine.
- folosiți băuturi speciale pentru rehidratare făcute din pliculete de la farmacie dacă aveți **semne de deshidratare**, precum **gura uscată** sau **urină închisă la culoare** – citiți despre **cum puteți trata deshidratarea**.
- dacă este nevoie, luați medicamente anti-vomă (precum metoclopramid) și/sau medicamente anti-diaree (precum loperamid) – unele sunt disponibile în farmacii, dar verificați prospectul care însoțește medicamentul. Puteți, de asemenea, întreba farmacistul sau medicul de familie dacă acestea sunt potrivite.

Gastroenterita se poate răspândi foarte ușor, aşadar, spălați-vă pe mâini în mod regulat cât sunteți bolnav și nu mergeți la muncă sau la școală cel puțin 48 de ore după ce simptomele au trecut, pentru a

work or school until at least 48 hours after your symptoms have cleared, to reduce the risk of passing it on (see [Preventing gastroenteritis](#)).

When to get medical advice

You don't normally need to see your GP if you think you have gastroenteritis, as it should get better on its own.

Visiting your GP surgery can put others at risk, so it's best to phone 111 or your GP if you're concerned or feel you need advice.

Get medical advice if:

- you have [symptoms of severe dehydration](#), such as persistent [dizziness](#), only passing small amounts of urine or no urine at all, or if you're losing consciousness
- you have bloody diarrhoea
- you're vomiting constantly and are unable to keep down any fluids
- you have a fever over 38C (100.4F)
- your symptoms haven't started to improve after a few days
- in the last few weeks you've returned from a part of the world with poor sanitation
- you have a serious underlying condition, such as [kidney disease](#), inflammatory bowel disease or a weak immune system, and have diarrhoea and

reduce riscul transmiterii (a se vedea [Prevenirea gastoenteritei](#)).

Când să obțineți asistență medicală

În mod normal nu este necesar să mergeți la medicul de familie dacă credeți că aveți gastroenterită, deoarece aceasta ar trebui să treacă de la sine.

Mergând la cabinetul medicului de familie puteți supune alte persoane riscului aşa că cel mai bine este să sunați la 111 sau la medicul de familie dacă sunteți îngrijorat sau credeți că aveți nevoie de sfaturi.

Obțineți asistență medicală dacă:

- aveți [simptome de deshidratare severă](#), precum [amețeală](#), urinați foarte puțin sau deloc sau dacă vă pierdeți cunoștința
- aveți diaree cu sânge
- vomitați constant și nu puteți reține deloc lichide
- aveți temperatură de peste 38C (100.4F)
- simptomele nu s-au ameliorat după câteva zile
- în ultimele câteva săptămâni v-ați întors dintr-o parte a lumii cu salubrizare proastă
- aveți o afecțiune gravă la bază, precum [o boală de rinichi](#), boală inflamatorie a intestinului sau sistem imunitar slăbit și

vomiting

Your GP may suggest sending off a sample of your poo to a laboratory to check what's causing your symptoms. **Antibiotics** may be prescribed if this shows you have a bacterial infection.

Looking after a child with gastroenteritis

You can look after your child at home if they have diarrhoea and vomiting. There's not usually any specific treatment and your child should start feeling better in a few days.

You don't normally need to get medical advice unless their symptoms don't improve or there's a risk of a more serious problem.

To help ease your child's symptoms:

- Encourage them to drink plenty of fluids. They need to replace the fluids lost from vomiting and diarrhoea. Water is generally best. Avoid giving them fizzy drinks or fruit juice, as they can make their diarrhoea worse. Babies should continue to feed as usual, either with breast milk or other milk feeds.
- Make sure they get plenty of rest.
- Let your child eat if they're eating solids and feel hungry. Try small amounts of plain foods, such as

aveți diaree și vărsături

Medicul de familie v-ar putea sugera să trimiteți o probă de scaun la laborator pentru a verifica ce anume vă cauzează simptomele. Se pot prescrie **antibiotice** dacă se constată că aveți o infecție bacteriană.

Cum să îngrijiți un copil cu gastroenterită

Puteți avea grija de copilul dumneavoastră acasă dacă acesta are diaree și vărsături. În mod normal, nu există niciun tratament specific iar copilul ar trebui să înceapă să se simtă mai bine în câteva zile.

În mod normal, nu aveți nevoie de asistență medicală decât dacă simptomele copilului nu se ameliorează sau există riscul unei probleme mai grave.

Pentru a ajuta la calmarea simptomelor copilului dumneavoastră:

- Încurajați-l să bea multe lichide. Are nevoie să înlocuiască lichidele pierdute prin vomă și diaree. Apa este în general cea mai bună. Evitați să îi dați băuturi carbogazoase sau suc de fructe deoarece poate înrăutăți diareea. Bebelușii trebuie hrăniți în continuare la fel ca de obicei, fie cu lapte de la sân sau alte formule de lapte.
- Asigurați-vă că acesta se odihnește mai mult.
- Lăsați copilul să mănânce dacă mânâncă hrană solidă și îi este foame. Încercați cu cantități mici de hrană, precum supă, orez,

soup, rice, pasta and bread.

- Give them **paracetamol** if they have an uncomfortable fever or aches and pains. Young children may find liquid paracetamol easier to swallow than tablets.
- Use special rehydration drinks made from sachets bought from pharmacies if they're dehydrated. Your GP or pharmacist can advise on how much to give your child. Don't give them antidiarrhoeal and anti-vomiting medication, unless advised to by your GP or pharmacist.

Make sure you and your child wash your hands regularly while your child is ill and keep them away from school or nursery until at least 48 hours after their symptoms have cleared (see [Preventing gastroenteritis](#)).

Getting medical advice for your child

You don't usually need to see your GP if you think your child has gastroenteritis, as it should get better on its own, and taking them to a GP surgery can put others at risk.

Phone the 111 service or your GP if you're concerned about your child, or they:

- have **symptoms of dehydration**, such as passing less urine than normal, being unusually irritable or unresponsive, pale or mottled skin, or cold hands and feet

paste sau pâine.

- Dați-i **paracetamol** dacă are o febră inconfortabilă sau dureri. Copiii mici ar putea înghiți mai ușor paracetamoul lichid decât comprimatele.
- Folosiți băuturi speciale de rehidratare cumpărate de la farmacie dacă copilul este deshidratat. Medicul de familie sau farmacistul vă poate spune cât îi puteți da. Nu îi dați medicamente anti-diaree sau anti-vomă decât la sfatul medicului sau farmacistului.

Asigurați-vă că atât dumneavoastră cât și copilul dumneavoastră vă spălați pe mâini în mod regulat cât copilul este bolnav și nu îl trimiteți la școală sau grădiniță încă cel puțin 48 de ore de când simptomele au dispărut (a se vedea [Prevenirea gastroenteritei](#)).

Cum să obțineți sfaturi medicale pentru copilul dumneavoastră

În mod normal, nu este nevoie să mergeți la medicul de familie dacă credeți că copilul are gastroenterită deoarece ar trebui să treacă de la sine iar vizita la cabinetul medicului de familie ar putea supune alte persoane riscului.

Sunăți la serviciul 111 sau la medicul de familie dacă aveți îngrijorări cu privire la copilul dumneavoastră sau dacă:

- are **simptome de deshidratare**, ca de exemplu urinăză mai puțin decât de obicei, este neobișnuit de iritat sau apatic, are pielea palidă marmorată sau mâini și picioare reci

- have blood in their poo or green vomit
- are vomiting constantly and are unable to keep down any fluids or feeds
- have had diarrhoea for more than a week
- have been vomiting for three days or more
- have **signs of a more serious illness**, such as a high fever (over 38C or 100.4F), shortness of breath, rapid breathing, a stiff neck, a rash that doesn't fade when you roll a glass over it or a bulging fontanelle (the soft spot on a baby's head)
- have a serious underlying condition, such as inflammatory bowel disease or a weak immune system, and have diarrhoea and vomiting

Your GP may suggest sending off a sample of your child's poo to a laboratory to confirm what's causing their symptoms. Antibiotics may be prescribed if this shows they have a bacterial infection.

How gastroenteritis is spread

The bugs that cause gastroenteritis can spread very easily from person to person.

You can catch the infection if small particles of vomit or poo from an infected person get into your mouth, such as through:

- close contact with someone with gastroenteritis – they may breathe out small particles of vomit
- touching contaminated surfaces or objects
- eating contaminated food – this can happen if an

- are sânge în scaune sau vomită verde
- vomită constant și nu poate reține lichide sau hrană
- are diaree de mai mult de o săptămână
- vomită de cel puțin trei zile
- are **semnele unei boli mai grave**, cum ar fi temperatura ridicată (peste 38C sau 100.4F), senzația că nu are aer, respirație rapidă, duritate a gâtului, o eczemă care nu se atenuază dacă treceți un pahar de sticlă peste sau fontanelă (moalele capului bebelușului) ieșe în afară
- are o boală gravă la bază, precum boli inflamatorii a intestinului sau un sistem imunitar slab și are diaree și vărsături

Medicul de familie v-ar putea sugera să trimiteți la laborator o probă de scaun a copilului dumneavoastră pentru a verifica ce anume îi cauzează simptomele. Se pot prescrie antibiotice dacă se constată că are o infecție bacteriană.

Cum se răspândește gastroenterita

Acest microb care cauzează gastroenterita se poate răspândi foarte ușor de la o persoană la alta.

Puteți lua această infecție dacă particule mici de vomă sau scaun ale altor persoane ajung în gură prin:

- contact apropiat cu o persoană cu gastroenterită – aceasta ar putea expira mici particule de vomă
- atingerea unor suprafete sau obiecte contaminate

infected person doesn't wash their hands before handling food, or you eat food that has been in contact with contaminated surfaces or objects, or hasn't been stored and cooked at the correct temperatures (read more about the [causes of food poisoning](#))

A person with gastroenteritis is most infectious from when their symptoms start until 48 hours after all their symptoms have passed, although they may also be infectious for a short time before and after this.

Preventing gastroenteritis

It's not always possible to avoid getting gastroenteritis, but following the advice below can help stop it spreading:

- Stay off work, school or nursery until at least 48 hours after the symptoms have passed. You or your child should also avoid visiting anyone in hospital during this time.
- Ensure you and your child wash your hands frequently and thoroughly with soap and water, particularly after using the toilet and before preparing food. Don't rely on alcohol hand gels, as they're not always effective.
- Disinfect any surfaces or objects that could be contaminated. It's best to use a bleach-based household cleaner.
- Wash contaminated items of clothing or bedding

- consumarea unor alimente contaminate – acest lucru se poate întâmpla dacă persoana infectată nu se spală pe mâini înainte de a atinge mâncarea sau dacă mâncați alimente care au intrat în contact cu suprafețe sau obiecte contaminate sau care nu au fost păstrate și gătite la temperaturile corecte (citiți mai multe despre [cauzele toxinfecției alimentare](#))

Persoana care suferă de gastroenterită este cel mai contagioasă din momentul când încep simptomele și până la 48 de ore după ce simptomele au trecut, deși ar mai putea fi contagioasă și un scurt timp înainte și după această perioadă.

Prevenirea gastroenteritei

Evitarea gastronteritei nu este întotdeauna posibilă, dar urmarea sfatelor de mai jos poate ajuta la oprirea răspândirii:

- Nu mergeți la serviciu, la școală sau la grădiniță cel puțin 48 de ore după ce simptomele au trecut. Atât dumneavastră cât și copilul dumneavastră trebuie să evitați să vizitați persoane la spital în această perioadă.
- Asigurați-vă că atât dumneavastră cât și copilul dumneavastră vă spălați pe mâini frecvent și în profunzime cu apă caldă și săpun, mai ales după folosirea toaletei și înainte de prepararea mâncării. Nu vă bazați pe gelurile sanitare cu alcool deoarece acestea nu sunt întotdeauna eficiente.
- Dezinfecțați toate suprafețele și obiectele care ar putea fi contaminate. Cel mai bine este să folosiți un detergent pe bază de clor.
- Spălați obiectele vestimentare sau așternuturile contaminate

<p>separately on a hot wash.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Don't share towels, flannels, cutlery or utensils while you or your child is ill. • Flush away any poo or vomit in the toilet or potty and clean the surrounding area. • Practice good food hygiene. Make sure food is properly refrigerated, always cook your food thoroughly, and never eat food that is past its use-by date – read more about preventing food poisoning. <p>Take extra care when travelling to parts of the world with poor sanitation, as you could pick up a stomach bug. For example, you may need to boil tap water before drinking it.</p> <p>Young children can have the rotavirus vaccination when they're 2 to 3 months old, which can reduce their risk of developing gastroenteritis.</p>	<p>separat, cu apă fierbinte.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nu împărțiți prosoapele, flanela, tacâmurile sau ustensilele cât dumneavoastră sau copilul dumneavoastră sunteți bolnavi. • Spălați cu jet de apă scaunele sau voma din toaletă sau oliță și curătați zona din jur. • Mențineți o igienă alimentară bună. Asigurați-vă că alimentele sunt ținute corespunzător la frigider, întotdeauna gătiți alimentele în întregime și nu consumați niciodată alimente trecute de termenul de valabilitate – citiți mai multe despre prevenirea toxiiinfecției alimentare. <p>Fiți și mai atent atunci când călătoriți în părți ale lumii unde salubrizarea este proastă, deoarece puteți contracta un microrganism de stomac. De exemplu, ar putea fi necesar să fierbeți apa de la robinet înainte de a o bea.</p> <p>Copiii mici pot primi vaccinul rotavirus la vîrsta de 2 - 3 luni, ceea ce poate reduce riscul de a face gastroenterită.</p>
--	--