

# DÉCOUVREZ NOS SERVICES

## DÉPISTAGE

- + Tension
- + DMLA
- + Troubles respiratoires

## SUIVI DE TRAITEMENTS

- + Asthme
  - + Anticoagulants
  - + Autres traitements chroniques
- = Un pharmacien vous reçoit sur rendez-vous

## DOCUMENTS À VOTRE DISPOSITION

- + Carte de donneur d'organe
- + Calendrier vaccinal
- + Carnet de suivi diabétiques, anticoagulants

+ Votre Pharmacie s'engage pour votre SANTÉ



Votre pharmacie vous informe

## LA DIARRHÉE



PHARMACIE  
MISTRAL

Du lundi au vendredi: 8h30 - 12h / 14h30 - 19h

Samedi: 8h30 - 12h / 14h30 - 18h

[pharmacie-mistral@wanadoo.fr](mailto:pharmacie-mistral@wanadoo.fr)

+ Votre Pharmacie s'engage pour votre SANTÉ

# LA DIARRHÉE

## Le saviez-vous ?

Le danger de la diarrhée particulièrement chez l'enfant est la déshydratation.

Les principaux signes sont : les yeux enfoncés dans les orbites, le pli persistant lorsque l'on pince la peau, les pleurs sans larme, la bouche sèche et la diminution de la quantité d'urine.

La diarrhée correspond non seulement aux **selles liquides** mais également au **besoin fréquent et urgent d'aller aux toilettes**. Elle s'accompagne souvent d'une sensation de tension désagréable dans le ventre, des crampes subites ou des douleurs abdominales.

**La flore intestinale devient complètement déséquilibrée**, ce qui entraîne une mauvaise digestion et amplifie le phénomène. Il existe des centaines de causes différentes à la diarrhée, les principales sont : les infections, le stress et l'alimentation.

En cas de fièvre, de sang dans les selles ou de déshydratation, il faut consulter un médecin.

## Lutter contre la diarrhée

### Prévenir

- + Se laver fréquemment les mains, en particulier après chaque selle et avant chaque repas. On peut utiliser un gel hydro-alcoolique.
- + Apporter une attention particulière à l'hygiène de vos toilettes.

### Traiter

- + Traiter la cause des symptômes.
- + Réhydrater.
- + Arrêter la mécanique de la diarrhée.
- + Rétablir le transit naturel.
- + Soulager les maux de ventre.

### Éviter les récurrences

- + Pour reconstituer une flore intestinale optimale, faire une cure de probiotiques.

L'alimentation est un facteur important de la diarrhée.

## Adoptez les bons réflexes pendant quelques jours !

### Privilégier



- Le riz et les pâtes
- Les pommes de terre
- La viande
- Le poisson
- Les œufs
- Les bananes
- Le coing
- Les carottes
- Les compotes
- Les yaourts naturels

### Éviter



- Le lait
- Les fruits crus
- Les légumes verts
- L'alcool
- Les boissons gazeuses



Ma pharmacie me conseille

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---