



# AZ Voorkepen

algemeen ziekenhuis  
emmaüs



Peuterdiarree

Peuters tussen één en drie jaar vertonen dikwijls episoden van platte of waterige stoelgang, zonder dat de groei of de eetlust is aangetast. Deze episoden kunnen weken tot maanden aanslepen. Het gaat om een waterdunne soms slijmerige ontlasting met duidelijke resten onverteerd voedsel. Het kind kan tot tien keer per dag stoelgang maken. De peuter ontwikkelt normaal en is actief.

Soms kan dit volgen op een episode van acute infectieuze diarree. Indien het stoelgangonderzoek niets oplevert en er geen aanwijzingen zijn voor een andere, onderliggende ziekte, kan men beschouwen dat dit peuterdiarree is.

## **Dieet met de 4 V's**

### **Vocht**

- Overvloedig drinken beletten: maximum één liter water + lactosearme drank.
- Vermijd lactose: dus geen gewone melk, wel sojaproducten (sojamelk, sojayoghurt, sojaboter) of lactosearme melk.

### **Vet**

- Een vetrijk dieet geven (boter bij de maaltijden bijvoegen, vette vissoorten ...).

### **Vezels**

- Vezelrijke producten geven (volkorenbrood, granen ...).

### **Vruchtensappen vermijden**

- Voedingsstoffen rijk aan sorbitol moeten worden vermeden (peren, pruimen, rozijnen, perziken, kersen, appelsap, perensap of -siroop).

## **Contactgegevens bij vragen**

Heb je bij het doorlezen van de folder toch nog bijkomende vragen? Stel ze dan gerust! Je kan ons contacteren via:

- 03 380 20 90
- [kinderafdeling.azvk@emmaus.be](mailto:kinderafdeling.azvk@emmaus.be)
- werkdagen tussen 8.00 en 18.00 uur