

# LES MALADIES DE LA DIGESTION

## I- Généralité :

L'hygiène joue un rôle important dans l'alimentation. Un aliment contaminé par les microbes provoque des maladies comme la diarrhée, le choléra, des vomissements et autre intoxication alimentaire.

### 1- La Diarrhée :



Enfant diarrhéique

### a- Définition :

La **diarrhée** est un rejet du contenu gastrique sous forme de **selles** fréquentes et liquides, de matières **fécales** (3 fois ou plus par jour), elle est souvent accompagnée de maux de ventre et de **vomissements**.

### a- Causes :

La diarrhée est provoquée par une mauvaise alimentation et un manque d'hygiène. Elle peut être causée aussi par la consommation d'eau non potable, une **émotion** forte ou un **sevrage** brusque entraînant un déséquilibre alimentaire chez l'enfant.

Le malade atteint de diarrhée perd beaucoup d'eau, il se déshydrate. Il perd ses forces et amaigrit. Chez l'enfant, la fontanelle devient creuse, sa peau se dessèche.

La diarrhée peut entraîner la mort si elle n'est pas vite soignée.

## 2- Le Vomissement :



### a- Définition :

Le **vomissement** est un **rejet** du contenu gastrique par la bouche. C'est la conséquence d'un **reflexe nerveux** qui permet le relâchement du **sphincter** du **cardia** et favorise les **contractions** du **diaphragme** et des muscles abdominaux.

### **b- Causes :**

Le vomissement peut être dû à une **surcharge** de l'estomac, une mauvaise **digestion** des aliments, un manque d'hygiène ou à une maladie.

La personne qui vomit perd beaucoup d'eau et se déshydrate.

Pour éviter le vomissement, il faut :

- Eviter de trop manger.
- Respecter les mesures d'hygiène alimentaire.

### **3- La Constipation :**



#### **a- Définition :**

La **constipation**, difficulté d'aller à la selle. La constipation est une maladie de la digestion se manifestant par une rareté ou une difficulté d'évacuation des selles.

#### **b- Causes :**

La constipation est causée par une mauvaise alimentation et une mauvaise digestion des aliments. Les selles dures et difficiles à évacuer sortent parfois comme des crottins. Le malade peut avoir des maux de tête, des **vertiges** et des douleurs lombaires.

Pour éviter la constipation, il faut :

- Prendre à jeun le matin un grand verre d'eau, une tasse de lait chaud ou un verre de jus de fruits (orange).
- Consommer régulièrement des fruits et des légumes.
- Consommer régulièrement du miel.

**Questions :**

- 1- Pourquoi doit-on laver les aliments avant de les préparer ?
- 2- Quelles sont les conséquences de la consommation d'aliments souillés ?
- 3- Citez les maladies liées à la consommation d'aliments souillés.
- 4- Qu'est-ce que la diarrhée et comment se manifeste- elle ?
- 5- Quel remède apporte-on aux malades diarrhéiques ?
- 6- Qu'appelle-t-on vomissement et quelles en sont les causes ?
- 7- Qu'appelle-t-on constipation et comment se manifeste-elle ?
- 8- Comment peut-on éviter la constipation ?