

POTILASOHJE RIPULIN HOITO

Ripulin syitä on useita. Sitä voivat aiheuttaa perustauti, annettu sädehoito, tehdyt leikkaukset, lääkkeet ja tulehdukset.

Ripulin tärkein hoito on **juoda nesteitä** (vettä, kivennäisvettä, mietoja urheilujuomia) riittävästi, noin 2,5-3 litraa vuorokaudessa. Kuivumista korvaavassa vedessä tulee olla **sokeria ja suolaa** oikeassa suhteessa. Voit esimerkiksi sekoittaa teekupilliseen kaksi lusikallista sokeria ja syödä sen kanssa suolakeksejä. Vältä maitotuotteita, hitaasti sulavia, rasvaisia ruokia, liiallista kahvin käyttöä sekä alkoholia. Myös liiallisen sokerin, sorbitolin tai ksylitolin käyttö voi aiheuttaa ripulia. Kokeile sen sijaan keittoja, soseita ja valmiita lastenruokia. Apteekista on tarvittaessa saatavilla ripulijuomia, esim. Osmosal-jauhetta.

Ripulin hoitoon voi käyttää oireenmukaisena lääkkeenä loperamidia ja kipuihin tavallisia kipulääkkeitä esim. parasetamoli, ibuprofeeni, Litalgin (reseptilääke). Jos loperamidi ei auta, voidaan kokeilla **Hidrasec** 100mg tbl x3/vrk (reseptivalmiste).

Älä käytä maitohappobakteeritabletteja, -kapseleita tai Precosa-jauhetta ripulin hoitoon solunsalpaajahoidon yhteydessä.

Haimanpoiston jälkeiseen krooniseen rasvaripulin hoidossa käytetään Creon-valmistetta aterioiden yhteydessä (reseptivalmiste, erityiskorvattava)

Jos oireena ovat syövän lääkehoitoa saavalla potilaalla **sekä kuume että ripuli**, harkitaan nestehoidon lisäksi antibioottihoitoa.

Jos kärsit kroonisesta ripulista (esim. mahaleikatut potilaat, avannepotilaat), ravitsemusterapeutti antaa sinulle yksilöllisiä hoito-ohjeita kotiruuasta ja täydennysravintovalmisteista.

Loperamidin (Imodium, Imocur, Lopex, Lopacut) käyttöohjeet:

Akuutti ripuli: Aloitus 2 kapselia. Sen jälkeen yksi kapseli jokaisen ripuliulostuksen jälkeen enintään 8 kapselia vuorokaudessa. Jos lääke ei auta 48 tunnin kuluessa, käyttö lopetetaan ja otetaan yhteyttä lääkäriin.

Krooninen ripuli: Aloitus 2 kapselia. Sen jälkeen yksi kapseli jokaisen ripuliulostuksen jälkeen kunnes vaste on riittävä. Jatkohoidossa yleensä 2-4 kapselia/vrk:ssa, enintään 8 kapselia/vrk:ssa. Jos tästä ei apua 10 vuorokaudessa, hoito on syytä lopettaa.

Jos yllä olevista ohjeista ei ole apua ja ripuli jatkuu tai esiintyy veriripulia tai kuumetta, suositellaan, että otat yhteyttä hoitavaan yksikköön tai lähimpään päivystävään lääkäriin.