

Diarrhea (loose or watery stool)

Diarrhea is:

- loose or watery stools
- more than your usual number of bowel movements in a day.

Radiation to the abdomen and chemotherapy can cause diarrhea.

Diarrhea can cause dehydration which means extreme loss of body fluids. This can be very serious if left untreated.

Call your nurse or doctor if you have diarrhea and:

- feel dizzy
- have a fever of 38°C or 100.4°F
- have blood in your diarrhea
- can not drink fluids and keep them down
- have dark yellow urine
- have a sore or bleeding rectal area
- have more than two loose watery stools per day
- have abdominal pain

Your nurse or doctor will suggest you take medication such as Immodium to help with diarrhea. Follow the package instructions or take as recommended by your doctor.

Diarrhée (selles molles ou liquides)

La diarrhée se caractérise par...

- des selles molles ou liquides;
- une augmentation de la fréquence des selles.

La radiothérapie à l'abdomen et la chimiothérapie peuvent causer la diarrhée.

La diarrhée peut entraîner une déshydratation qui signifie une perte extrême de liquides organiques. Cette perte peut être très grave si on ne la traite pas.

Communiquez avec votre infirmière ou le médecin si vous avez de la diarrhée et si vous:

- vous sentez étourdie
- avez une fièvre de 38 °C ou 100,4 °F
- avez du sang dans les selles
- ne pouvez pas boire de liquides ni les garder
- votre urine est jaune foncé
- vous avez une plaie au rectum ou du sang provenant du rectum
- avez plus de deux selles liquides par jour
- souffrez de douleur abdominale.

Votre infirmière ou votre médecin vous suggérera de prendre des médicaments comme Immodium pour vous soulager de votre diarrhée. Suivez les directives sur l'emballage ou les recommandations de votre médecin.

Diarrhea (loose or watery stool)

Diarrhée (selles molles ou liquides)

Tips to help you with diarrhea:

- Sip fluids slowly and try to drink a variety of fluids over the day to prevent dehydration.
- Eat three to five small meals per day. Try bananas, white rice, applesauce and white toast as they are easy to digest.
- Avoid caffeine, alcohol, greasy foods and milk products.
- Limit high fiber foods like whole grain breads, cereals, fruits and vegetables, nuts and seeds.

When the diarrhea stops start your usual diet slowly.

Conseils en cas de diarrhée:

- Prenez de petites gorgées de liquides à la fois et essayez de boire différents liquides tout au long de la journée, afin de prévenir la déshydratation.
- Prenez de trois à cinq petits repas par jour. Essayez des bananes, du riz blanc, de la compote de pommes et des rôties de pain blanc qui sont des aliments faciles à digérer.
- Évitez la caféine, l'alcool, les aliments gras et les produits laitiers.
- Limitez votre consommation d'aliments à teneur élevée en fibres comme le pain à grains entiers, les céréales, les fruits et légumes, les noix et les graines.

Une fois que la diarrhée s'est arrêtée, reprenez lentement votre régime habituel.