



Elterninformation: Magen-Darm-Erkrankung

Wann spricht man von Durchfall?

- bei Säuglingen (bis zu 12 x Stuhlgang am Tag normal, wenn Kind gut gedeiht !): bei Durchfall Stuhlfarbe verändert (meist von gelb/ocker in grünlich/braun übergehend), Stühle wässrig oder zerhackt (bei Beikost z.T.unverdaut), Geruch stinkend (nicht aromatisch), manchmal blutig, Kind quengelig, Nahrungsverweigerung, ggf. Fieber
- bei Kindern (ab 1 Jahr und älter): mehr als 3 unformte Stuhlgänge in 24 Std., Stuhlfarbe und Geruch meist verändert, ggf. begleitet von Bauchschmerzen, Blähungen, Erbrechen, Fieber, Blut im Stuhl

Durchfall meist hervorgerufen durch Viren, nur selten Bakterien. Aufnahme der Erreger v.a. über Hände und Luftwege (Tröpfcheninfektion), weniger durch verdorbene Nahrung. Oft auch in Verbindung mit Luftwegsinfekt (Erreger der Atemwegsinfektion werden geschluckt und führen dann in Folge zur Darminfektion).

Prävention : v.a. durch häufiges Händewaschen ! Meiden von engem Kontakt zu Erkrankten. Im Ausland nur Gekochtes essen, nur schälbares Obst und abgepacktes Wasser.

Durchfall und Erbrechen sind sinnvolle Schutzmaßnahmen unseres Körpers ! Krankheitserreger werden dadurch aus dem Darm und Magen herausgespült und der Krankheitsverlauf damit verkürzt. Daher in der Regel Durchfall/ Erbrechen nicht medikamentös stoppen – verlängerter Krankheitsverlauf sonst möglich! Wichtig aber: **Flüssigkeits- und Mineralsalzverlust ausgleichen!** Eine antibiotische Therapie ist nur in wenigen Ausnahmefällen indiziert, da durch Gabe von Antibiotika auch die guten, schützenden Bakterien des Darms zerstört werden und die krankheitserregenden Bakterien länger im Darm bleiben, bei fehlender Wirkung des Antibiotikums sich sogar noch besser vermehren können!

Therapie :

In ersten 6-8 Std. Nahrungspause und Flüssigkeitsersatz v.a. mit vom Arzt verordneter Elektrolyt-Lösung (z.B. Oralpädon, InfectoDiarrhstop etc.).

Bei Erbrechen: Flüssigkeit nur in kleinen Mengen (z.B. Teelöffel oder kleine Spritze)

alle 5-10 Minuten geben. Steigerung der Portionen erst, wenn kein Erbrechen mehr.

Nur bei unstillbarem Erbrechen ggf. Gabe von Vomex/ Vomacur - Zäpfchen gegen Brechreiz.

Gegen Bauchschmerzen, Blähungen, Übelkeit hilft meist auch ein Magen-Darm-Tee mit Kümmel-Fenchel usw.

Nur bei anhaltendem wässrigem Durchfall (mehrere Tage) oder Gefahr der Austrocknung: Tiorfan Medikamentös unterstützend möglich (aber nur in Ausnahmefällen zu Lasten der gesetzlichen Krankenkassen!) : Probiotika wie z.B. Lactobacillus GG, Hefebakterien

Anhalt Flüssigkeitsmenge bei Austrocknung:

in ersten 4 Std. bei leichter Austrocknung ca. 30-50 ml/kg Körpergewicht , bei schwererer 60-80 ml/kg. Ansonst :so viel wie Kind mag , aber anbieten und anfänglich oft kleine Mengen geben!

Nach 6-8 Std. Nahrungspause langsamer Nahrungsaufbau mit gewohnter Nahrung

(allerdings hat sich in der Praxis bewährt, mit Schonkost wie geriebenem Apfel, Banane, Karotte, Kartoffel, Reis, Zwieback oder Salzstangen zu beginnen und Milchprodukte (außer Naturjoghurt), blähende Gemüse sowie fette Speisen in den ersten Tagen zu reduzieren bzw. zu meiden). **Gestillte Säuglinge sollten durchgehend weiter gestillt** werden und zusätzlich orale Elektrolyt-Lösung erhalten, nicht gestillte Säuglinge ihre gewohnte Flaschenmilch (in ersten 1-2 Tagen ggf. etwas verdünnt). Gabe der Elektrolytlösung bis zum Abklingen des Durchfalls.

Zeichen für Austrocknung (Exsikkose): Atmung vertieft, Hautfalten verstreichen verlangsamt, Kapillarfüllung (durch Druck auf Fingernagel und loslassen feststellbar) verlängert, Mundschleimhaut/Zunge trocken, Gewichtsverlust über 3% .

Wann bei Durchfall unbedingt zu Arzt: bei blutigen Stühlen, Austrocknungszeichen, hohem Flüssigkeitsverlust durch Durchfall und Erbrechen, hohem Fieber, deutlich reduziertem Allgemeinzustand, bei schwerem Durchfall länger als 2-3 Tagen, starken Bauchschmerzen, Durchfall nach kürzlichen Auslandsreisen, bei Verdacht auf Lebensmittelvergiftung, länger dauernden Durchfällen unklarer Ursache.

Wann Stuhlprobe: auf jeden Fall bei blutigen Stühlen und schweren, länger anhaltenden Durchfällen.