

## Durchfall

- Durchfall tritt meist im Verlauf einer Gastroenteritis auf, bei der Gastroenteritis oder „Durchfallerkrankung“ handelt es sich um eine Infektion des Darmes durch Bakterien (seltener) oder meist Viren, die zu krampfartigen Bauchschmerzen, Erbrechen, Flüssigkeitsverlust mit drohender Austrocknung, Verdauungsbeeinträchtigung mit Gewichtsverlust, gelegentlich Blutbeimengung im Stuhl und nicht selten sogar hohem Fieber führen kann.
- Die Ansteckung erfolgt als Schmierinfektion über den Mund (fäkal-orale Ansteckung)
- Die Inkubationsdauer ist in der Regel kurz (Stunden bis maximal 1-2 Tage)
- Der Stuhl oder das Erbrochene der Patienten ist infektiös. Kinder sind meist anfälliger als Erwachsene weil sie oft vieles in den Mund stecken, dabei weniger auf Hygiene achten und weil ihre Abwehr schwächer als die der Erwachsenen ist. Auch der Flüssigkeitsbedarf ist bei Kindern relativ höher, sodass eine „Austrocknung“ rascher als beim Erwachsenen auftreten kann. Bei wiederholtem Erbrechen sollte dem Magen eine „Erholungspause“ von ca. 2-3 Stunden gegönnt werden, bevor erneut was in kleinen Mengen gegessen oder getrunken wird.
- Wenn trotzdem alles erbrochen wird, kann man es mit Zäpfchen wie EMESAN oder VOMEX probieren, die den Brechreiz unterdrücken.
- Die Darmschleimhaut erholt sich in der Regel schnell wenn sie nicht durch schwere Speisen oder sehr süße oder fettige Getränke belastet wird. Elementare Kost, reichlich an Elektrolyten und Flüssigkeitszufuhr sind dabei günstig zur Behandlung der Durchfallerkrankung.
- Eine antibiotische Behandlung ist nur in Ausnahmefällen sinnvoll weil dadurch die „normale“ Darmflora geschädigt wird und Dauerausscheidung von Durchfallerreger gefördert werden kann.
- Die Behandlungsmaßnahmen sollten symptomatisch sein, also:
  - reichlich Flüssigkeit in Form von Mineralwasser, abgestandenen sauren Sprudel, leicht gesüßten Tee oder Elektrolytlösung (bei Erbrechen in häufigen kleinen Portionen).
  - Säuglinge sollten weiterhin gestillt werden oder nach einer Teepause mit verdünntem Schoppen (die Hälfte an Pulver für die übliche Flüssigkeitsmenge) weiterhin gefüttert werden.

- Bei zugefütterten Säuglingen und älteren Kindern helfen gekochte Karotten oder Kartoffeln,
- Milchprodukte, süße Säfte und Speisen, sowie auch fettige Speisen sind beim Durchfall kontraindiziert.
- Die Diät sollte eingehalten werden bis das Kind zwei gut geformte Stühle entleert hat. Wichtig sind vor allem bei Säuglingen regelmäßige Gewichtskontrollen sowie die Einschätzung der ausgeschiedenen Urin Menge um eine Austrocknung rechtzeitig zu bemerken.
- Schließlich achten Sie bitte auch auf hygienische Maßnahmen wie gründliches Händewaschen vor dem Essen oder nach Besuch der Toilette, sowie Händedesinfektion vor Kontakt mit Säuglingen und nach dem Windelwechsel.

Wir wünschen Ihnen bzw. Ihrem Kind gute Besserung.

Für weitere Fragen sprechen sie uns bitte an.

Ihr Praxisteam