



Ernährungsempfehlung bei Durchfall und Erbrechen

(nach der aktuellen Leitlinie der Gesellschaft für
Pädiatrischen Gastroenterologie und Ernährung)

Hier eine kurze Zusammenstellung der aktuellen Diät Empfehlung bei Durchfall und Erbrechen.

Am wichtigsten ist es den Kindern viel zu trinken zu geben. Zu empfehlen sind Wasser, Tee und Elektrolytlösungen aus der Apotheke (z.B. Oralpädon, Infectodiarrstop).

Gestillte Säuglinge werden weiter gestillt. Zwischen den Mahlzeiten sollte ihnen zusätzlich Elektrolytlösung angeboten werden.

Flaschenernährte Säuglinge erhalten auch ihre gewohnte unverdünnte Flaschennahrung mit zusätzlichen Gaben von Elektrolytlösung.

Kleinkinder und Schulkinder sollen vor allem viel trinken mit zusätzlichen Gaben von Elektrolytlösung und dürfen dann zügig mit Nudeln, Reis, Kartoffeln, Brot mit Aufstrich, Grießbrei ernährt werden. Es kann dann sogar auf Normalkost übergegangen werden.

Nicht geeignet zur Behandlung sind stark zuckerhaltigen Speisen und Getränke, Salzstangen, lange Nahrungskarenz und eine „Durchfalldiät“ mit fettarmen Speisen.

Achten Sie vermehrt auf gute Hygiene mit sorgfältigem Händewaschen, da diese Infekte meist sehr ansteckend sind.

Bitte kommen Sie sofort zu uns bei zusätzlich hohem Fieber, wenn Ihr Kind jünger als 8 Monate ist oder weniger wiegt als 8kg, bei Nahrungsverweigerung, Hinfälligkeit, schrillum Schreien, blutigen Stühlen, sehr starken Bauchschmerzen unstillbarem Erbrechen - oder wenn Sie sich unsicher fühlen.