

Peter Stickeler  
Christiane Kottig-Hilber  
Heinrich Steibert



Hundemstr. 95a  
57368 Lennestadt-Altenhundem  
Tel. 02723 686 110  
Fax 02723 686 1123  
[www.hausaerzte-lennestadt.de](http://www.hausaerzte-lennestadt.de)

Gemeinschaftspraxis für Allgemeinmedizin

## **Patienteninformation**

### **Durchfall**

Zur Unterstützung und zum Ausgleich von Kohlenhydrat- und Mineralverlusten eignet sich in jedem Alter folgendes Getränk von dem bis zu 1 Liter pro Tag getrunken werden kann:

- 1 l Leitungswasser
- 1 Teelöffel Kochsalz
- 1 Teelöffel Backpulver
- 10 Teelöffel Traubenzucker
- 0,2 l Apfelsaft
- 1 zerdrückte Banane

Zusätzlich viel Tee oder Mineralwasser trinken.

Zur Geschmacksverbesserung ggf. etwas Süßstoff zugeben, keinen zusätzlichen Zucker wegen des osmotischen Drucks.

Kleinkindern Lösung evtl. gekühlt alle 5 min. 1-2 Teelöffel einflößen. Kleinkinder zu Beginn des Durchfalls unbekleidet wiegen. Gewichtsverlust von über 5% innerhalb 1-2 Tagen sind bedenklich. Bei Symptomen wie Unruhe, Schwäche, seltenem Lidschlag, eingesunkener Fontanelle und nicht verstreichenden Hautfalten Kind beim Arzt vorstellen. Auf Urinmenge achten. Achtung bei Aktivkohle. Diese bindet auch Wasser! Früh den Kostaufbau versuchen mit Weißbrot, Zwieback, Knäckebrötchen, Kartoffelbrei oder Reis. Bei Kleinkindern Kostaufbau mit der Milchnahrung, die zunächst mit der doppelten Menge Mineralwasser verdünnen und dann zunehmend in Normaler Konzentration. Gestillte Kinder sollten konsequent durchgestillt werden.

Mit freundlichen Grüßen und gute Besserung!!