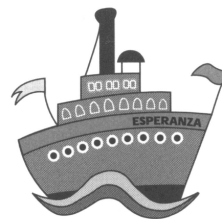


Behandlungsmaßnahmen bei Magen-Darm-Infektion



- 1) Zufuhr verlorener Flüssigkeit, sowie von Traubenzucker, Salz- und Mineralstoffen
- 2) vorübergehende Ernährung mittels Schonkost

günstig sind:

- Tee mit Traubenzucker (z.B. Fencheltee, Kamillentee)
- stilles Mineralwasser
- sog. „*Drittelsmischung*“: $\frac{1}{3}$ leichter Schwarztee
 $\frac{1}{3}$ stilles Mineralwasser
 $\frac{1}{3}$ Orangensaft
mischen und mit Traubenzucker süßen
- wenn Fruchtsäfte, dann nur stark verdünnt (z.B. verdünnter Orangensaft)
- Elektrolytlösungen (z.B. Oralpaedon)

ungünstig sind:

- Milch und Milchprodukte (Joghurt, Quark), Milchbreie
- fette Speisen, Butter, Fett
- Eier
- unverdünnte Fruchtsäfte, insbesondere Apfelsaft

bei Erbrechen:

- Flüssigkeit in kleinen Portionen (löffelweise, schluckweise) anbieten
- diese Getränke nicht *warm*, sondern besser *gekühlt* anbieten (Breachreiz wird vermindert)

zur Stuhlfestigung:

- Karotten und Kartoffeln, gekocht und zerdrückt
- geriebener Apfel
- Banane

zum weiteren Kostaufbau geeignet:

- Zwieback, Salzbrezeln, Salzstängele, Weißbrot, Laugengebäck
- Reis, Nudeln (ohne fette Soßen)
- klare Gemüsebrühe
- mageres Fleisch (z.B. Hähnchen)
- als Brotaufstrich Margarine (dünn aufgetragen), Marmelade

speziell bei Säuglingen:

- Muttermilchernährung
- bei Ernährung mit Säuglingsmilch diese mit Kamillentee oder Fencheltee verdünnen (beginnend mit $\frac{2}{3}$ Tee, $\frac{1}{3}$ Milch; dann schrittweise innerhalb von 2 bis 4 Tagen wieder auf normale Zusammensetzung steigern)
- Frühkarotten
- Brei aus zerriebenem Zwieback, geriebenem Apfel und zerdrückter Banane
- vorübergehend Vitamin-D-Tablette weglassen