



Dr. med. Rudolf Ernst und Gabriele Adolf-Lücke
Fachärzte für Kinder- und Jugendmedizin
-Partnerschaft-

**Ärztliches Merkblatt für Eltern bei
Akutem Magen-Darm-Infekt (Gastroenteritis), Kinder von 1–6 Jahren**

Liebe Eltern,

bei Ihrem Kind liegt ein akuter Magen-Darm-Infekt vor. Die Erkrankung wird meist durch Viren verursacht und heilt in den meisten Fällen innerhalb weniger Tage von selbst aus. Die wichtigste Maßnahme ist der Ausgleich des Flüssigkeits- und Salzverlustes.

Was können Sie zu Hause tun?

1. Lassen Sie Ihr Kind ausreichend trinken!!!

Bitte bieten Sie Ihrem Kind häufig kleine Mengen Flüssigkeit an.

Empfohlen:

Orale Rehydratationslösung (Elektrolytlösung aus der Apotheke)

Wasser

Ungesüßter Tee

Bei Erbrechen:

Alle 1–2 Minuten 1–2 Teelöffel Flüssigkeit geben.

Die Menge langsam steigern, sobald die Flüssigkeit vertragen wird.

Nach jedem Durchfall zusätzlich:

Kinder von 1–3 Jahren: 50–100 ml

Kinder von 4–6 Jahren: 100–200 ml

Nicht geeignete Flüssigkeiten:

Cola

Energydrinks

Unverdünnte Fruchtsäfte

Stark zuckerhaltige Getränke

2. Ernährung

Eine längere Nahrungspause ist nicht erforderlich!

Geeignete Lebensmittel:

Kartoffeln

Reis

Nudeln

Brot oder Toast

Zwieback

Bananen

Geriebener Apfel

Karotten

Leichte Gemüsesuppen

Bitte vermeiden:

Sehr fettige Speisen

Große Mengen Süßigkeiten

Stark gewürzte Speisen

3. Fieber

Bei Bedarf können fiebersenkende Medikamente entsprechend der alters- und gewichtsbezogenen Dosierung gegeben werden:

Paracetamol

Ibuprofen

Bitte beachten Sie die Dosierungsempfehlungen der Packungsbeilage. Andere Medikamente gegen Durchfall reduzieren nicht signifikant die Dauer und Intensität der Erkrankung.

Hygienemaßnahmen

Magen-Darm-Infekte sind häufig ansteckend.

Bitte beachten Sie:

Regelmäßiges Händewaschen mit Wasser und Seife

Eigene Handtücher für das erkrankte Kind

Reinigung von Toiletten, Waschbecken und häufig berührten Flächen

Kein Besuch von Kindergarten oder Gemeinschaftseinrichtungen bis mindestens 48 Stunden nach Ende von Erbrechen und Durchfall

Wann sollten Sie umgehend einen Arzt aufsuchen?

Bitte stellen Sie Ihr Kind unverzüglich vor bei:

- ☐ Trinkverweigerung
- ☐ Wiederholtem oder anhaltendem Erbrechen
- ☐ Kaum oder keinem Wasserlassen
- ☐ Trockenen Lippen oder trockenem Mund
- ☐ Eingesunkenen Augen
- ☐ Auffälliger Schläfrigkeit oder Teilnahmslosigkeit
- ☐ Blut im Stuhl
- ☐ Grünem (galligem) Erbrechen

- ☐ Starke Bauchschmerzen
- ☐ Hohe Fieberwerte mit deutlich reduziertem Allgemeinzustand
- ☐ Krampfanfällen
- ☐ Beschwerden über mehr als 5–7 Tage

Hinweis:

⚠ Diese Anleitung dient der allgemeinen Orientierung und ersetzt keine ärztliche Untersuchung.

Besonders bei Säuglingen, schweren Verläufen oder Vorerkrankungen sollte frühzeitig ärztlicher Rat eingeholt werden.

Bei Unsicherheit oder Verschlechterung des Zustandes Ihres Kindes kontaktieren Sie uns bitte umgehend beraten Sie über die Service Hotline 116117 oder suchen Sie die Notaufnahme einer Kinderklinik auf.

Ihr Praxis Team der Gemeinschaftspraxis Dr. Ernst & Adolf-Lücke