

Orale Rehydratation bei Magen-Darm-Infektion:

- Bei gestillten Kindern reicht regelmässiges Stillen, ggfs öfter und in kürzeren Abständen stillen.
- Bei länger anhaltendem Erbrechen oder Durchfall (> 8 x flüssiger Stuhl in 24h oder > 4x Erbrechen in 24 h) sollten die verlorenen Elektrolyte (in Körperflüssigkeit gelöste Salze) ersetzt werden.
- Menge: 30-50 ml pro kg Körpergewicht innerhalb von 2-3 h
- Es gibt gute Elektrolytlösungen in Apotheken wie z.B. Elotrans/Oralpädon/Normolyt).

- Alternativ: Falls diese o.g. Flüssigkeit nicht angenommen wird kann man auch selbst eine Lösung zubereiten (WHO-Lösung):

300 ml milder Orangensaft

700 ml Wasser

1 Esslöffel Zucker

1 Teelöffel Salz

- Diese Flüssigkeit regelmässig in kleinen Schlückchen zufüttern (mit dem Löffel oder einer Spritze).
- Kinder, die während der Rehydratation erbrechen müssen gut überwacht werden. Trotzdem sollte ihnen weiter Flüssigkeit verabreicht werden. Süsse Säfte (unverdünnt) mit hohem Fruchtzucker-/Sachharose oder Sorbitanteil, wie in Apfel-/Birnen Säften oder sehr süsse Speisen sollten gemieden werden.
- Medikamente, die Übelkeit und Erbrechen reduzieren (Itinerol/Vomex) können bei länger anhaltendem Erbrechen verabreicht werden um die Flüssigkeitsverluste zu reduzieren.
- Medikamente, die den Durchfall stoppen, sind für Kinder nicht geeignet. Probiotika jedoch können die Durchfalldauer verkürzen
- Behalten Sie ihr Kind zuhause bis es 24 h fieberfrei ist und nicht mehr erbrochen hat. Alleiniger dünner Stuhlgang bei gutem Zustand ist kein Grund das Kind zuhause zu behalten.