

Kinderarztpraxis Dr. Clara Boxler

Bamberger Str. 10, 96215 Lichtenfels

Tel.: +49 (0)9571 75 86 75 1



Gastroenteritis (Magen-Darm-Infektion)

Bei einer Gastroenteritis (Magendarminfektion) bestehen meist Übelkeit, Durchfall, Bauchschmerzen oder Erbrechen. Meist kommen die Beschwerden genauso schnell wie sie wieder gehen. Die Symptome können von Fieber begleitet sein.

Nur in seltenen Fällen besteht der Durchfall über eine längere Zeit als 7 Tage.

Magen-Darm-Infektionen gehören weltweit mit Abstand zu den häufigsten Infektionskrankheiten. Fast jeder Mensch erkrankt im Laufe seines Lebens mindestens einmal an einem Brechdurchfall. In über 90% der Fälle wird ein Magendarminfekt durch Viren verursacht. Weniger häufig wird die Erkrankung durch Bakterien verursacht, bedarf aber auch dann in der Regel keiner antibiotischen Therapie.

Eine symptomatische Therapie (siehe unten) ist meistens ausreichend. Wenn das Kind in einem guten Allgemeinzustand ist, sind die Symptome auch nicht gefährlich. Daher sollte man weder das Erbrechen noch den Durchfall stoppen.

Magen-Darm-Infektionen sind sehr ansteckend, weshalb währenddessen auf eine gute Hygiene geachtet werden sollte (Hände waschen oder desinfizieren, Toilette desinfizieren).

Auch der Besuch einer Gemeinschaftseinrichtung (Krippe, Kindergarten, Schule) ist nicht erlaubt, so lange noch Symptome (wie z.B. Erbrechen) bestehen.

Da Kinder aber eine andere Verteilung ihres Wasserhaushaltes aufzeigen und schneller als Erwachsene austrocknen, ist es essentiell, dass der Flüssigkeitsverlust (durch Erbrechen und Durchfall) ausreichend ausgeglichen wird.

Was tun bei Gastroenteritis:

- Gestillte Säuglinge erhalten weiter Muttermilch
- Geben Sie Ihrem Kind in kleinen Mengen – z. B. Teelöffelweise zimmerwarme, ggf. leicht kühle, Getränke:
mit Traubenzucker gesüßter Tee (z. B. Fenchel-Anis-Kümmel, Kamille) oder Apfelsaft mit Wasser 1:1 verdünnt oder Glukose-Elektrolyt-Lösung (z. B. Oralpädon).
- Bleiben Sie dran! Teelöffelweise Flüssigkeit zu geben ist mühsam, aber insbesondere bei Erbrechen manchmal die einzige Möglichkeit.
- Vielen Kindern fällt es leichter mit dem Strohhalm zu trinken, auch mit einer Spritze kann Flüssigkeit in den Mund eingeflößt werden. Manche Kinder mögen eine Schnabeltasse.

Es wird keine Diät empfohlen. Nach wenigen Stunden kann vorsichtig mit der **normalen Kost** gestartet werden. Ihr Kind darf essen, worauf es Appetit hat. Abzuraten ist jedoch von Fast Food, stark fettigen oder blähenden Speisen und Milchprodukten.

Bewährt haben sich beispielsweise: Kartoffelbrei (anstelle von Milch mit Wasser anrühren) Brötchen, Zwieback oder Toastbrot, geriebener Apfel – gerne mit Traubenzucker bestreuen (das nimmt die Säure), Banane geschlagen oder püriert, Gemüse/ Hühnerbrühe ggf. mit Nudeln. Wann sollte ich mit meinem Kind zum Arzt?

- Säuglinge und ganz kleine Babys
- starke Müdigkeit/Abgeschlagenheit/Schläfrigkeit oder gar apathisch wirkend, Kind kann kaum noch sitzen oder stehen, schläft ungewöhnlich viel ohne aktive Wachphasen
- Nachlassen oder Ausbleiben der Urinausscheidung (trockene Windeln)
- Ihr Kind behält trotz aller Bemühungen keine Flüssigkeit bei sich
- trockene Schleimhäute/ Lippen
- langsam verstreichende Bauchhautfalte
- eingesunkene Augen
- eingesunkene Fontanelle beim Baby
- sehr hohes, nicht beherrschbares Fieber
- blutige Durchfälle
- starke Schmerzen