

Datum: 28.07.2022

Patient: Mustermann, Max
Wildparkstraße 7 09247 Röhrsdorf
geboren: 01.01.2000

Diätempfehlung bei Erbrechen und Durchfall bei Säuglingen und Kindern

Sofort bisherige Nahrung absetzen

Diätstufe I :

1. Kühlen Tee (z.B. Kamillen-, Fenchel-, Pfefferminz oder verdünnten schwarzen Tee) mit 2-3 Esslöffeln Traubenzucker (Glucose) und ggf. 1 Prise Salz und auf 1 Liter Wasser verabreichen. Bei starkem Brechreiz Flüssigkeit löffelweise in Abstand von 2-3min geben und langsam die Trinkmengen erhöhen. Nach ca. 2 Stunden auch größere Portionen (aus Tasse / Flasche) möglich, nach weiteren 1-2 Stunden Übergang auf Pkt. 2

Statt Tee ist notfalls auch Mineralwasser ohne Kohlensäure möglich.

Keine Milch / Milchprodukte und keinen Zucker (außer Traubenzucker = Glukose) geben.

2. Nach Rückgang des Brechreizes und bei Appetit auch festere Nahrung möglich, z.B. pürierte Banane geriebener Apfel (wenn ungespritzt mit Schale), Zwieback, Toast, Frühkarotten aus dem Gläschen. Möhren ohne Fett gekocht mit Kartoffeln, Reisschleim oder Haferschleim.

Gestillte Kinder: nach kurzer Teegabe mit Glukose (kühl): Stillen

Diätstufe II : Nach 1-3Tagen Kartoffelbrei, Reis, Griesnudeln, Weißbrot, Brötchen, Magerquark / Joghurt mit Banane oder Apfel, magere Brühe **-Keine Milch, kein Fett-**

Diätstufe III: Nach weiteren 1-3Tagen bei schon festeren Stühlen mageres püriertes Fleisch (Huhn, Kaninchen), weich gekochtes Ei, Knäckebrötchen, Trockenmagermilch.

Ca. 1 Woche wenig Fett und langsamer Kostaufbau. Langsam mit Milchprodukten beginnen. Milch als letztes in Nahrungsaufbau einbeziehen.

Bei Rückfällen d.h. erneutes Erbrechen oder Durchfall sofort wieder mit Diätstufe I beginnen, dann jedoch die einzelnen Stufen 1-2 Tage länger einhalten.

Rezeptur für Karottensuppe (ab 6 Monate möglich)

500g geputzte, gewaschene und zerkleinerte Karotten mit einer Teelöffelspitze Salz in 1 Liter Wasser gut weich kochen, dann pürieren.

Rezeptur für Reisschleim

Für 200g Reisschleim 2 Teelöffel Trockenreisschleimpulver mit 200ml Wasser anrühren und unter ständigem Rühren 2min. kochen lassen, 2 Teelöffel Traubenzucker zugeben.

Zur Unterstützung ist zusätzlich auch möglich die Gabe von: Infectodiarrstop LGG, Paidoflor oder ähnlichen Nahrungsergänzungsmitteln mit Lactobakterien.

Wir wünschen Gute Besserung