

Akuter Durchfall:

Von Durchfall spricht man wenn man mehr als 3-mal am Tag zur Toilette muss und der Stuhl wässrig ist. Akuter Durchfall kann bis zu 2 Wochen dauern, ist jedoch gewöhnlich in 2-7 Tagen vorbei. Meistens sind als Ursache Viren, Bakterien oder verdorbene Lebensmittel zu nennen. Wenn es nach ein paar Tagen nicht zu einer Besserung kommt sollte genauer geguckt werden und Medikamente eingenommen werden. Vorsicht ist vor allem bei rotem/blutigem Durchfall und hohem Fieber geboten. Hier sollte man sich bei seinem Hausarzt vorstellen. Gerade bei Säuglingen kommt es schnell zu einem Wassermangel. Wichtig ist gründliches Händewaschen und nach Möglichkeit eine eigene Toilette, da eine Ansteckungsgefahr für andere vorliegt! Vor allem ist auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr (Stilles Wasser, Kamille-,Fenchel-, Schwarzer-Tee) und leichte kohlenhydratreiche Kost (Weißbrot, gekochte Kartoffeln, Reis, Salzstangen) zu achten. Auf fettreiche und ballaststoffreiche Kost sollte verzichtet werden. Den Kindergarten/Schule sollte man in dieser Zeit meiden. Refuah Shlema