



Gastro-Liga e.V.

Deutsche Gesellschaft
zur Bekämpfung der Krankheiten
von Magen, Darm und Leber
sowie von Störungen des Stoff-
wechsels und der Ernährung e.V.

Friedrich-List-Str. 13
D-35398 Gießen

Phone +49-641-97481-0
FAX +49-641-97481-18
geschaeftsstelle@gastro-liga.de
www.gastro-liga.de

Durchfall bei Kindern: Wann müssen Eltern zum Kinderarzt?

GASTRO-Sprechstunde mit Experten der Gastro-Liga e. V. zum Thema Durchfälle bei Kindern am 4. Mai und am 1. Juni 2016 (jeweils Mittwoch) von 18 bis 20 Uhr

Durchfälle bei Kindern sind nur selten Grund zur Besorgnis. Eltern müssen allerdings darauf achten, den Verlust von Flüssigkeit und Mineralien auszugleichen. Ein Besuch beim Kinderarzt ist zum Beispiel bei lang andauernden oder besonders häufigen Durchfällen, bei begleitendem hohem Fieber oder bei blutigen Stühlen notwendig. Die häufigsten Ursachen für Durchfälle bei Kindern sind Infektionen mit Viren, seltener auch Bakterien.

Kinder müssen bei Durchfall ausreichend trinken

Kinder verlieren bei Durchfall viel Flüssigkeit und wichtige Mineralstoffe wie Kalium und Natrium. Gerade junge Kinder können dann leicht austrocknen. Kinder mit Durchfall sollten deshalb vor allem Flüssigkeit erhalten. Dazu eignet sich zum Beispiel ein dünner und nicht zu warmer Fenchel- oder Kamillentee. „Eine Prise Salz und ein bis zwei Teelöffel Traubenzucker im Tee helfen, den Mineralstoffverlust auszugleichen und Energie zuzuführen. Vor allem in schwereren Fällen und bei längerem Verlauf sollte auf extra hierfür vorgesehene Tranklösungen (orale Rehydrationslösungen, ORL) aus der Apotheke zurückgegriffen werden“, rät Prof. Dr. Michael Melter, Kindergastroenterologe am Universitätsklinikum Regensburg. Säuglinge sollten weiterhin Muttermilch und bei Bedarf zusätzlich Wasser oder Tee erhalten. Bei Kindern, die Flaschenmilch erhalten, können Eltern die gewohnte Milch bis zur Hälfte mit Wasser verdünnen. Sehr fruchtzuckerhaltige Getränke, z.B. Apfelsaft, sollten vermieden oder zumindest deutlich verdünnt gegeben werden.

Hat das Kind wieder Hunger, kann es zunächst fettarme Nahrung zu sich nehmen, zum Beispiel Zwieback, Salzstangen, Kartoffelbrei oder eine Gemüsesuppe mit Nudeln. Früh im Verlauf kann auf „Wunschkost“ erweitert werden – das Kind darf, muss aber nicht unbedingt essen.

Wann sollten Eltern den Kinderarzt zu Rate ziehen?

Oft klingen Durchfälle bei ausreichender Flüssigkeitsaufnahme nach kurzer Zeit von selbst wieder ab. Die häufigsten Ursachen für Durchfälle bei Kindern sind Infektionen vor allem mit Viren, seltener mit Bakterien, die oft auch mit anderen Beschwerden wie Erbrechen oder Fieber einhergehen. In mittelschweren bis schwerwiegenden Fällen ist eine Vorstellung beim Kinderarzt oder in der Kinderklinik sinnvoll. Auch begleitende starke Bauchschmerzen oder blutige Stühle sollten durch einen Kinderarzt abgeklärt werden. Gleiches gilt, wenn Eltern ihre Kinder nicht zum Trinken bewegen können oder das Kind teilnahmslos oder apathisch wirkt. Denn diese Anzeichen sind Hinweise auf eine schwere Austrocknung.

Bei jungen Kindern kommt es schneller zur Austrocknung als bei älteren. Deshalb ist es wichtig, die Häufigkeit der Durchfallstühle zu beobachten und je nach Alter zu beurteilen. Treten innerhalb von 24 Stunden mehr als vier wässrige Stühle (Babys), mehr als sechs wässrige Stühle (Kleinkinder) bzw. mehr als acht wässrige Stühle (Schulkinder) auf, ist es ratsam, einen Kinderarzt zu konsultieren.

Haben Sie Fragen zum Thema Durchfall bei Kindern? Dann rufen Sie an. Die Experten der Gastro-Liga e. V. geben Ihnen gerne Antwort. Am 4. Mai und am 1. Juni 2016 (jeweils Mittwoch) von 18 bis 20 Uhr ist die GASTRO-Sprechstunde unter Tel.: 0641 – 97481 20 zu erreichen.

Unter www.gastro-liga.de steht Ihnen im Bereich „Unser Service“ eine Vielzahl an Broschüren zu unterschiedlichen Verdauungsthemen kostenlos zum Download zur Verfügung, unter anderem zum Thema infektiöse Durchfallerkrankungen.