



Gastroenteritis

Eine **Magen-Darm-Infektion** kann zu verschiedenen Beschwerden führen:

Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Fieber, fehlendes Hungergefühl. Dabei können die Symptome einzeln aber auch gemeinsam auftreten.

Die meisten Magen-Darm-Infektionen sind ungefährlich und verschwinden nach einigen Tagen wieder. Erbrechen hält meist nicht länger als 12-24 Stunden an und Durchfall kann bis zu 2 Wochen auftreten und ist als einziges Symptom meist auch unbedenklich.

Die Gabe von Medikamenten ist in der Regel nicht notwendig.

Eine akute Gastroenteritis kann verschiedene **Ursachen** haben:

- am häufigsten sind Infekte, die durch Bakterien oder Viren oder deren Gifte ausgelöst werden (Kontakt mit einer erkrankten Person, in den Mund nehmen infizierten Spielzeugs)
- die sog. Lebensmittelvergiftung entsteht durch Lebensmittel, die eine hohe Anzahl krankmachender Keime enthalten (z.B: oft Hühnchen, Milch)
- Probleme können auch durch den Verzehr größerer Mengen ungeeigneter Lebensmittel, z.B. größere Mengen unreifes Obst oder auch das Trinken von Schwimmbad-/Seewasser

Empfehlungen zur **Ernährung bei akuter Gastroenteritis**:

Fragen Sie Ihr Kind was es gerne hätte, achten Sie lediglich auf leicht verdauliche Nahrung. Hat es keinen Appetit, akzeptieren Sie dies, achten Sie lediglich auf regelmäßigen Flüssigkeitszufuhr (bei Erbrechen in häufigen, kleinen Schlucken).

Gestillte Kinder dürfen weiter gestillt werden, Kinder die Formulamilch (Flaschennahrung) erhalten, dürfen auch diese weiter bekommen.

Die Hauptkomplikation ist eine „Austrocknung“ des Körpers, auch **Dehydratation** genannt.

Wenn Ihr **Baby oder Kind** dehydriert ist, muss es unter folgenden Umständen sofort zum Arzt:

- Es hat einen trockenen Mund.
- Es lässt nicht viel Urin.
- Es wirkt lethargisch und schwach.

Suchen Sie außerdem einen Arzt auf:

- bei grünem (Galle) oder blutig-gefärbten Erbrechen
- Erbrechen bei Neugeborenen
- Erbrechen beim Säugling/Kleinkind, das länger als 24 Stunden anhält
- starke Bauchschmerzen, wenn sie kommen und gehen



- Fieber über 38,5° über mehr als drei Tage – bei Säuglingen mit Fieber immer
- Veränderung des Bewußtseins, verminderte Ansprechbarkeit

Magen-Darm-Infektionen sind in der Regel ansteckend. Daher dürfen die Kinder Gemeinschaftseinrichtungen (Kindergarten, Tagesmutter, Schule) erst wieder besuchen, wenn das letzte Erbrechen oder Durchfall länger als 48 Stunden her ist.