

PATIENTENINFORMATION „Durchfall und Erbrechen“- Magen-Darm-Grippe

Ursachen einer Magen-Darm-Grippe?

Infektion des Magens und des Darmes durch Krankheitserreger wie Viren oder Bakterien

Übertragungsweg?

Aufnahme über den Mund, sog. Tröpfchen- oder Schmierinfektion, sehr infektiös!

Krankheitsdauer?

Meist 3-5 Tage, meist folgenlose Ausheilung

Ansteckungsvorbeugung?

Engen Kontakt mit Erkrankten meiden, Kontaktflächen wie Toilettensitz und Hände nach jeder Benutzung desinfizieren z.B. mit Sagrotan

Was passiert bei einer Magen-Darm-Grippe?

Binnen kurzer Zeit Verlust großer Mengen Flüssigkeit und Mineralstoffen.

Gefahren?

Austrocknung, gefährlich vor allem bei kleinen Kindern, alten Menschen oder durch andere Erkrankungen geschwächte Patienten

Behandlung?

Verlorene Flüssigkeit und die ausgeschiedenen Mineralstoffe ersetzen z.B. fertige Trinklösungen wie Elotrans

Weitere geeignete Getränke?

Abgussflüssigkeit beim Kochen von Reis, stilles Wasser, Magen-Darm-Tee, Pfefferminz- oder Kamillentees, Fenchel-Anis-Kümmel in Form von Tee

Ungeeignete Getränke?

Kohlensäurehaltige Getränke, Cola, alkoholhaltige Getränke, Kaffee

Wieviel trinken?

Soviel, dass heller Urin ausgeschieden wird. Entspricht bei Erwachsenen in etwa 2 Gläsern Rehydrationslösung pro flüssigem Stuhl. Bei Kindern je nach Gewicht dementsprechend weniger.

Wenn alles wieder „rauskommt“?

Der Magen nimmt sehr rasch die dringend benötigten Inhaltsstoffe der Getränke auf, man erbricht meist wirklich nur einen minimalen Teil des Getrunkenen. **Also nicht verzweifeln und trinken-trinken-trinken!!!!**

Was essen?

Gemüsebrühe mit leichter Nudleinlage, geriebene ganze Äpfel, Zwieback, Salzstangen, gekochter Reis.

Was meiden?

Fette oder eiweißreiche Nahrung, Milchprodukte

Medikamente?

Pfefferminzöl und/oder Vomex sehr gut bei Übelkeit und Erbrechen. Kohletabletten und Perocur Kapseln binden Giftstoffe und Flüssigkeit im Darm. Fertiglösungen Elotrans/Oralpäden als gute Alternative zu o.g. Rezept.

Welche Medikamente meiden? Einnahme von Imodium/Lopedium verlängert Krankheitsdauer!

Ärztliche Verordnung:

Vomex Dragees _____ x tgl. _____ Tropfen

Perocur/Perenterol _____ x tgl. _____ Kapseln

Minzöl _____ x tgl. _____ Tropfen

Sonstiges _____

Wann (erneut) zum Arzt? Bei: Unstillbarem Erbrechen, Kreislaufproblemen, Blut im Erbrochenen oder im Stuhl, Koterbrechen, wenn nach 5 Tagen keine Besserung eingetreten ist, starken Schmerzen. In diesen Fällen sind weitere Untersuchungen und Therapien nötig. Rufnummer in dringenden Fällen außerhalb der Sprechzeiten unserer Praxis: **Bereitschaftsdienst 116117, in Notfällen 112**

Wichtig: Arbeiten Sie in der **Lebensmittelbranche oder der Gastronomie** besteht wegen großer Ansteckungsgefahr für andere Personen absolutes **Arbeitsverbot**. Gehen Sie umgehend zum Arzt, um sich krankschreiben zu lassen!