

Patienteninformation zum Akuten Durchfall

Flüssigkeitsverlust beim Kind

Zunächst ist es wichtig, das genaue Gewicht seines Kindes vor der Erkrankung zu wissen.

Beim leichten Flüssigkeitsverlust haben die Kinder fünf Prozent des Körpergewichtes verloren. Sie sind wach, durstig und unruhig. Die Atmung ist normal. Bei noch offener Fontanelle liegt dies im normalen Kopfniveau. Die Schleimhäute sind feucht und die Urinproduktion ist normal. Die Elastizität der Haut ist ebenfalls normal.

Beim mittelschweren Flüssigkeitsverlust haben die Kinder fünf bis zehn Prozent des Körpergewichtes verloren. Sie sind unruhig oder fühlen sich schlapp. Die Atmung vertieft sich. Die Fontanelle ist leicht eingesunken. Die Hautfalten am Bauch verstreichen nur langsam. Die Schleimhäute sind trocken und der Körper spart Flüssigkeit, indem er die Urinproduktion herabsetzt.

Beim schweren Flüssigkeitsverlust beträgt der Gewichtsverlust über zehn Prozent. Die Kinder sind kaltschweißig und apathisch. Das Herz schlägt schnell, die Atmung ist tief und schnell. Die Schleimhäute sind ausgetrocknet und die Urinproduktion ist eingestellt. Diese Kinder bedürfen in jedem Fall einer stationären Therapie im Krankenhaus, da sie schwer erkrankt sind und die Flüssigkeitszufuhr über die Vene erfolgen muss.

Diagnose und Therapie

Die Diagnostik beschränkt sich in der Regel auf die Krankheitsgeschichte des Patienten und die körperliche Untersuchung. Stuhlkulturen sind seltenst notwendig, aus seuchenhygienischen Gründen jedoch, wenn der Arzt an bestimmte Erreger als Ursache des Durchfalles denkt, vorgeschrieben. Dies führt dann zwar nur bei ganz seltenen Erregern zu einer spezifischen Therapie, jedoch immer zu einer Umgebungsuntersuchung durch das Gesundheitsamt.

Eine medikamentöse Behandlung mit Motilitätshemmern (z.B. Imodium) haben aus wissenschaftlicher Sicht in der modernen Therapie akuter Durchfallerkrankungen im Kindesalter keinen Platz, da sie die Symptomatik verschleiern können und die Selbstreinigung des Darmes von den schädigenden Bakterien und Viren nur verzögern. Trotzdem können in vereinzelt Fällen über Kapseln zugeführte "Heilkeime" den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen.

Die wichtigste Form der Therapie ist die ausreichende Flüssigkeitszufuhr!

Dazu stehen verschiedene in Apotheken erhältliche **Elektrolytlösungen** zu Verfügung, die jedoch wegen des durch den hohen Salz- und Zuckeranteil verursachten unangenehmen Geschmacks nur selten gut von den Kindern getrunken werden. Daher empfehle ich eine selbsthergestellte Elektrolyt-Traubenzucker-Lösung (siehe Rezeptur).

Rezeptur für eigene Elektrolyt-Traubenzucker-Lösung (Drittel-Lösung):

1/3 Orangensaft	z.B. 300 ml
1/3 Mineralwasser	300 ml (Kohlensäure rausrühren)
1/3 dünnen Schwarztee	300 ml
3 Esslöffel (Trauben-)Zucker	
3 Prisen Salz	

Was ich besonders mag: die Zutaten erhalten Sie an jedem Campingplatz oder 5-Sterne-Hotel.

Bei noch bestehendem **Erbrechen sollten Getränke oder Nahrung nur in kleinen Schlucken** oder löffelweise gegeben werden, weil durch größere Mengen der Brechreiz zusätzlich provoziert wird.

Cola ist als Getränk in der akuten Situation ungeeignet, da durch das Koffein und die zu hohe Zuckerkonzentration dem Körper eher Wasser entzogen wird und somit das Flüssigkeitsdefizit verschlimmert wird. Cola ist hier allenfalls in Verdünnung zur Verbesserung des Geschmacks sinnvoll. Reine Fruchtsäfte können den Durchfall und die damit verbundenen Blähungen verschlimmern.

Bei gestillten Säuglingen braucht die Ernährung nicht umgestellt werden. Die Muttermilch kann weiter gefüttert werden. Die stillende Mutter sollte in diesem Fall noch mehr als sonst trinken und dem Kind zusätzlich Tee oder für Säuglinge geeignetes Mineralwasser anbieten.

Bei flaschenernährten Säuglingen sollte die gewohnte Milchmahlzeit am ersten Erkrankungstag im Verhältnis 1:2 mit Wasser oder Elektrolytlösung gemischt werden, oder auf Heilmahlzeit (eine Fett- und milchzuckerreduzierte Nahrung) umgestellt werden. Im weiteren Verlauf wird über eine 1:1 Lösung und bei guter Verträglichkeit später über eine 2:1 Lösung der Nahrungsaufbau erreicht.

Ältere Kinder werden nach einem speziellen **Diätschema** ernährt. Auch hier steht der Ersatz der verlorenen Flüssigkeit an erster Stelle der Therapie.

Wenn diese Regeln beachtet werden, bedarf der akute Durchfall in der Regel keiner ärztlichen Hilfe, da er selbstheilend ist und lediglich der Flüssigkeitsverlust für den Erkrankten ein Problem darstellt. Aber dieser Flüssigkeitsverlust kann tückisch und für kleine Kinder oder Säuglinge lebensgefährlich sein! Deshalb sollte die Regel gelten: Je jünger die Kinder und je heftiger der Durchfall um so eher sollte vom Arzt der Flüssigkeitszustand des Kindes beurteilt werden!