

Diätetische Maßnahmen bei Magen-Darm-Infekt

- Muttermilch immer weiter geben
- Nicht gestillte Säuglinge erhalten ihre gewohnte Säuglingsmilchnahrung in unverdünnter Form in häufigen kleinen Mahlzeiten weiter
- **Maltodextrin** zum Süßen von Tee verwenden

- In den ersten 4-6 Stunden Nahrung mit komplexen Kohlenhydraten verabreichen:
Brot mit Aufstrich
Nudel-, Kartoffel- oder Reisgerichte
Hafer- oder Grießbrei
Salzstangen
Suppen (Kartoffel- suppe, Möhrensuppe)

- Danach Wiedereinführung der normalen Nahrung, um die Regeneration der Darmschleimhaut zu fördern (verkürzt die Dauer des Durchfalls), keine Schonkost mehr
- Kein Apfelsaft: Verlängert die Dauer des Durchfalls um das Doppelte!
- Kein Cola, Fanta, Limonade, Milch
- Besser: Zufuhr von **Wasser und Salzlösung** (z.B. Oralpädon)

>>>Ausgleich des Flüssigkeitsmangels
oder Töpfer Reisschleim-Elektrolyt-Diät: Ab dem 4. Lebensmonat
- 5 ml alle 2 Minuten mit dem Löffel oder der Spritze verabreichen

- Zusätzlich **Probiotika** als unterstützende Therapie:
>>>Reduktion der Schwere der Symptome und der Dauer des Durchfalls
Lactobacillus rhamnosus: Infectodiarrstop LGG
bei Säuglingen und Kleinkindern
Saccharomyces boulardii (Perenterol, Yomogi)
bei älteren Kindern

- Laboruntersuchung von Blut oder Stuhl sind nicht erforderlich