



Merkblatt: Diät bei Magendarmerkrankung

Liebe Patienten,

bei der sogenannten „Magen-Darm-Grippe“ besteht immer die Gefahr des Austrocknens. Vor allem bei zusätzlichem Erbrechen, bei Kindern unter 2 Jahren und bei Fieber über 39 Grad. Als Hilfestellung bitten wir Ihnen die unten aufgeführten Empfehlungen.

Wichtig: Flüssigkeitsaufnahme, notfalls mit dem Teelöffel!

1. In den ersten 6-12 Stunden ausschließlich Elektrolytlösung geben.
2. Zubereitung nach dem folgenden, wohlschmeckenden Rezept:
330 ml guten Orangensaft, 330ml Schwarzen Tee, 330ml Leitungswasser, 4 Teelöffel Traubenzucker, 1/2 Teelöffel Salz.
3. Salzstangen, Karottensuppe, geriebener Apfel, zerdrückte Banane, sind in kleinen Portionen zusätzlich zur Flüssigkeit erlaubt. Bei Kindern unter 2 Jahren, evtl. auch Heilnahrung geben.
4. Kartoffelbrei ohne Milch und Fett, Suppenwürfelbrühe, Weißbrot-Zwieback
5. Generell für etwa 3 Tage kein Fett, keine Süßigkeiten!

Ihr Praxisteam