

Diät- und andere Hinweise

Bei Durchfall und / oder Erbrechen

- **starker schwarzer oder grüner Tee – pro Tasse 2 gehäufte Teelöffel Traubenzucker und etwas Salz !**
- **bei Durchfall schluckweise**
- **bei Erbrechen teelöffelweise aller 5 min 1 Teelöffel trinken ;**
- **wird das vertragen, Kostaufbau beginnend mit ½ bis 1 Zwieback**

Keine Butter oder sonstiges Fett , keinen normalen Zucker , keinen Kaffee, keine Milch - erlaubt sind jetzt normal starker Schwarztee , Kamillentee oder Fencheltee ; Pfefferminztee nur, wenn kein Durchfall !!

- **wird dies vertragen, gibt es Reisschleim (wird aus Wasser und Reismehl gekocht + Salz und Traubenzucker), damit es besser schmeckt, kann geriebener Apfel oder kleingedrückte Banane dazu ;**
- **gekochter Reisschleim und Möhren pur (gibt es als Babynahrung zu kaufen) ist Heilnahrung für Magen und Darm !!**
- **anschließend Babykost 12.-15. Lebenswoche – dies ist die beste Möglichkeit einen angegriffenen Magen-Darmtrakt wieder auf Normalkost vorzubereiten;**
- **wird das alles vertragen , ist Schonkost angezeigt (also nichts Gebratenes, nichts scharf Gewürztes ,nicht so fett; Gekochtes oder Gedünstetes ist günstiger);**
- **wenn alles gut vertragen wird, darf man wieder Vollkost zu sich nehmen**

empfohlene Medikamente :

Perenterol – Pulver (250mg) 3x1 oder Lacteol-Pulver (muss aber im Kühlschrank gelagert werden) gegen Durchfall : 1.Tag 3x1; ab 2.Tag 2x1

Vomacur (Vomex A) bei Übelkeit oder Erbrechen nach Bedarf 1 Drg.

Paracetamol 500 bei Schmerzen oder Fieber nach Bedarf 1 Tbl

Buscopan bei Bauchschmerzen/Bauchkrämpfen 1-4x 1 Tbl.