



ILLUSTRATION: PETER WANNER

Alarm im Kinderdarm

Brechdurchfall kommt bei Säuglingen und kleinen Kindern häufig vor. Dabei verliert der Körper grosse Mengen an Flüssigkeit. Um eine Austrocknung zu verhindern, müssen die Verluste rasch ausgeglichen werden. Ansonsten ist jetzt die liebevolle Zuwendung der Eltern für die kleinen Patienten am wichtigsten.

* von Petra Stölting

Meist kommt es aus heiterem Himmel. Das Kind klagt über Bauchschmerzen, hat Durchfall und erbricht sich. Manchmal ist auch die Körpertemperatur erhöht. Der Brechdurchfall, der in der Fachsprache als «akute Gastroenteritis» bezeichnet wird, ist neben Luftwegsinfektionen die häufigste Erkrankung im Kindesalter. «Kinder unter fünf Jahren sind besonders anfällig für Brechdurchfälle. Man vermutet, dass die Unreife des Immunsystems dafür verantwortlich ist», sagt

Raoul Furlano, Leiter der pädiatrischen Gastroenterologie des Universitäts-Kinderspitals beider Basel (UKBB). Das Erbrechen gibt sich nach wenigen bis 48 Stunden, der Durchfall geht normalerweise innerhalb von 2 bis 7 Tagen zurück.

Rotaviren als Hauptursache

Rotaviren sind die häufigsten Erreger des Brechdurchfalls bei Säuglingen und Kleinkindern. Zusammen mit selteneren

Das hilft bei Durchfall und Erbrechen

Flüssigkeit und Mineralien: Für den optimalen Ausgleich von Flüssigkeit und Elektrolyten sind Präparate aus der Apotheke wie GES 45®, Normolytoral® und Oralpädon® am besten geeignet.

Frei erhältliche Medikamente: Die Probiotika Lactobacillus acidophilus (Lactoferment®) und Lactobacillus GG haben sich bei Infektionen mit Rotaviren als wirksam erwiesen. Beide Wirkstoffe hemmen Durchfallerreger und unterstützen die Darmflora. Allerdings setzt die Wirkung recht spät ein, sodass der Durchfall dann bereits durchgestanden sein kann.

Auch auf die Seele achten: Für die Kleinen ist der Brechdurchfall sehr unangenehm. Ablenken und Trösten, Kuschneln, Geschichten vorlesen oder die Lieblingsmusik hören tut Kindern gut, wenn sie krank sind.

Viren verursachen sie etwa 70 Prozent aller Brechdurchfälle bei Kindern. Rotaviren sind sehr ansteckend und werden durch Schmierinfektionen über Türklinken und Lichtschalter sowie Spielzeug oder andere gemeinsam benutzte Gegenstände übertragen. In Kindertagesstätten verbreiten sie sich daher besonders leicht.

Infektionen mit Bakterien wie Campylobacter jejuni, Shigellen oder Salmonellen liegen lediglich in etwa 10 bis 20 Prozent aller Fälle vor, und Parasiten führen in weniger als 10 Prozent zum Brechdurchfall.

Austrocknen des Körpers

Mit dem wässrigen Stuhl gehen in kurzer Zeit grosse Mengen an Flüssigkeit und Mineralstoffen wie Kalium, Kalzium und Natrium verloren, die auch als Elektrolyte bezeichnet werden. «Die Austrocknung des Körpers ist beim Brechdurchfall die einzige und grosse Gefahr. Je kleiner das Kind ist, desto schneller kann der Flüssigkeitsverlust gefährlich werden», erklärt Raoul Furlano. Typische Anzeichen, an denen man eine Austrocknung erkennen kann, sind in *Kasten 1* zusammengestellt.

Flüssigkeit und Mineralien ersetzen

Am wichtigsten ist bei allen Durchfallpatienten der schnelle Ausgleich des Flüssigkeits- und Mineralstoffverlustes, die sogenannte Rehydratation. «Dazu sollten die Eltern ihrem Kind spezielle Rehydrationslösungen aus der Apo-

theke geben», rät der Arzt (siehe *Kasten 2*). «Diese Präparate sind optimal auf die Bedürfnisse des Körpers abgestimmt und enthalten alle notwendigen Elektrolyte genau im richtigen Verhältnis, sodass der Darm sie besonders gut aufnehmen kann. Das erreicht man mit selbst hergestellten Lösungen nicht», führt er weiter aus.

Die Gebrauchsanweisung muss genau beachtet werden, damit die Verdünnung nicht zu stark und nicht zu schwach ist. Die Rehydrationslösung darf nicht mit anderen Flüssigkeiten wie Milch oder Saft gemischt werden. Die Lösung kann gekühlt oder bei Zimmertemperatur verabreicht werden. Anfangs wird sie in kleinen Portionen mit dem Teelöffel zugeführt. Sobald das Kind die Flüssigkeit ohne Erbrechen bei sich behält, können grössere Mengen aus dem Schoppen oder dem Glas getrunken werden.

Vorrat in der Haus- und Reiseapotheke

Die benötigte Menge der Rehydrationslösung hängt vom Alter und vom Gewicht des Kindes sowie vom Flüssigkeitsverlust ab. Je früher die Lösung verabreicht wird, desto besser. Daher sollten Eltern immer einen Vorrat in der Haus- oder Reiseapotheke bereithalten. In leichten Fällen ist das Flüssigkeitsdefizit innerhalb von etwa 3 bis 4

Stunden, bei mittelschweren Brechdurchfällen innerhalb von 4 bis 6 Stunden wieder ausgeglichen.

Keine Cola, keine Tee-pause, keine Heilkost

Von einigen «Hausmitteln» wird mittlerweile abgeraten. «Cola oder isotonische Sportlergetränke enthalten sehr viel Zucker und entziehen deshalb dem Darm zusätzlich Wasser, sodass der Durchfall davon noch stärker wird», so Raoul Furlano. Ausserdem weist er ausdrücklich darauf hin, dass beim Brechdurchfall keine Tee-pause, keine Heilnahrung und kein Fasten erforderlich sind, denn der Darm kann und soll weiterarbeiten.

Anzeichen der Austrocknung

Leichte bis mittelschwere Austrocknung

- Verlust des Körpergewichts beträgt 5 bis 10 Prozent
- Das Kind ist unruhig oder müde
- Es hat grossen Durst, trinkt gierig
- Die Augen sind leicht eingesunken
- Beim Weinen fliessen nur wenig Tränen
- Wenn man am Bauch des Kindes mit zwei Fingern die Haut hochzieht und loslässt, zieht sich die Haut langsamer glatt als sonst

Schwere Austrocknung

- Verlust des Körpergewichts beträgt mehr als 10 Prozent
- Das Kind ist schläfrig, reagiert apathisch
- Es trinkt schlecht oder kann nicht mehr trinken
- Die Augen sind tief eingesunken, das Kind weint fast ohne Tränen, der Mund ist trocken
- Wenn man am Bauch des Kindes mit zwei Fingern die Haut hochzieht und loslässt, bleibt eine Falte stehen

Rasch wieder feste Nahrung

Nach dem Ausgleich des Flüssigkeitshaushalts dürfen Kinder mit leichter bis mittlerer Austrocknung wieder feste Nahrung zu sich nehmen. Sie können wieder essen, sobald sie mögen. Gestillte Säuglinge können bereits während der Rehydratation weiter mit Muttermilch versorgt werden, und flaschengenährte Babys sollen ihre gewohnte unverdünnte Nahrung erhalten.

Medikamente nur mit grosser Vorsicht

«Medikamente sollten nur mit sehr grosser Vorsicht und nach Rücksprache mit dem Kinderarzt angewendet werden, da sie in den meisten Fällen nicht notwendig und manchmal sogar gefährlich sind», betont Raoul Furlano. «Der Wirkstoff Loperamid (Imodium®) kann bei Kleinkindern zu schweren Nebenwirkungen im zentralen Nervensystem und schlimmstenfalls zum Darmverschluss führen. Kohletabletten und Präparate

mit Pektin (pflanzlicher Quellstoff) oder Kaolin (ein Tonmineral) dürfen Kindern bei Brechdurchfall ebenfalls nicht gegeben werden.»

Wann zum Arzt?

Als Faustregel kann gelten: Wenn das Kind nicht mehr trinken kann oder nichts bei sich behält, muss der Arzt aufgesucht werden, damit der Flüssigkeitsausgleich notfalls über eine Magensonde oder mit Hilfe von Infusionen vorgenommen werden kann.

Vorbeugen: Hygiene und Schluckimpfung

In den ersten Lebensmonaten schützt vor allem Stillen vor Infektionen und somit auch vor Brechdurchfall. Um Krankheitserreger zu vernichten, sollte Flaschennahrung immer frisch zubereitet werden und Fleisch oder Eier sollten vollständig durchgart werden. Ansonsten bietet Händewaschen einen gewissen Ansteckungsschutz.

Gegen Rotaviren gibt es mittlerweile

eine Schluckimpfung, die bei Kindern im Alter von sechs Wochen bis sechs Monaten durchgeführt werden kann und eine Schutzwirkung von bis zu 95 Prozent aufweist. Allerdings ist sie nicht im schweizerischen Impfplan enthalten, sodass die Eltern sie selbst bezahlen müssen.

*Petra Stöling ist freie Wissenschaftsjournalistin und lebt in Garbsen bei Hannover, Deutschland.

INFO

Broschüre zu Brechdurchfall

Das Universitäts-Kinderspital beider Basel hat für Eltern Tipps zu Brechdurchfall bei Kindern zusammengestellt. Die Broschüre «Akuter Brech-Durchfall» kann kostenlos unter folgender Adresse bezogen werden: UKBB, Sekretariat Pädiatrische Gastroenterologie, Römeggasse 8, 4005 Basel, E-Mail: sandra.houlmann@ukbb.ch

Gebärdensprache

Mit den Händen sprechen

Einen spielerischen Einstieg in die Gebärdensprache vermittelt dieses Bilderbuch. Es richtet sich an gehörlose und hörende Kinder, aber auch Erwachsene, die an einem unkomplizierten Zugang zu diesem Thema interessiert sind. Die Autorin Marina Ribeaud ist selbst gehörlos und als Gebärdensprachlehrerin ausgebildet.

Auf sieben Doppelseiten ist jeweils eine bestimmte Situation als Suchbild dargestellt (Zoo, Stadt, Bauernhof, Spielplatz, Wald, Bahnhof, See), mit vielen liebevoll ausgestalteten Details. Um das Suchbild sind Kinder abgebildet, die einzelne Gegenstände daraus in der Gebärdensprache darstellen. Insgesamt werden so 157 verschiedene Gebärden

erklärt, daneben steht jeweils das entsprechende Wort.

In der pädagogischen Anwendung mit Kindern kann dieses Buch gleichzeitig auch Eltern und Angehörigen Grundlagen der Gebärdensprache und der Gehörlosenkultur vermitteln. Begleitend ist eine DVD erhältlich, in der die Gebärden aus dem Buch filmisch dargestellt sind, was das Lernen leichter macht.

«Das Gebärdensuchbuch»

Marina Ribeaud
Verlag fingershop.ch. 2006.
14 Seiten, Fr. 30.–
ISBN: 978-3-9523171-0-5

«DVD zum Gebärdensuchbuch»

Fr. 36.–
ISBN: 978-3-9523171-1-2

BÜCHER

sprech stunde



Buch und DVD können direkt beim Verlag fingershop.ch bestellt werden:
E-Mail: info@fingershop.ch
Internet: www.fingershop.ch
Fax 061-301 04 69