

Infektiöse Durchfallerkrankungen

Durchfall oder Diarrhoe bezeichnet einen dünnflüssigen bis wässrigen Stuhlgang mit deutlich mehr als 3 Entleerungen pro Tag.

Die Ursachen hierfür können vielfältig sein, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Allergien oder Medikamentenebenenwirkungen betreffen viele Menschen. Hier soll es um die häufigste Form, den infektiösen Durchfall, meist hervorgerufen durch verschiedene Viren, gehen, im Volksmund auch gerne „Magen-Darm-Grippe“ genannt.

Verbreitungswege:

Die Verbreitung erfolgt über Schmierinfektionen, oft begünstigt durch unzureichende Hände- und Toilettenhygiene. Sehr häufig betroffen sind daher kleinere Kinder und ihre Kontaktpersonen.

Verlauf:

Anfangs besteht meist Übelkeit, häufig auch Kopfschmerzen und allgemeines Unwohlsein. Schnell kommt es dann zu Erbrechen über mehrere Stunden, in der Folge dann wässrige Durchfälle. Fieber ist selten, subfebrile Temperaturen bis 38 Grad Celsius können auftreten. In vielen Fällen endet die gesamte Symptomatik nach 12-24 Stunden spontan. Verläufe mit Durchfällen über 3 Tage kommen vor.

Behandlung:

Eine spezielle Bekämpfung des Erregers steht meist nicht zur Verfügung und ist aufgrund der relativ schnellen Spontanheilung auch nicht erforderlich. Der Organismus benötigt Ruhe und Ersatz der verlorengegangenen Flüssigkeit, um die Infektion zu überstehen.

Allerdings sollte in den ersten Stunden bei massivem Brechreiz auf Trinken verzichtet werden, um den Brechreiz nicht ständig zu verstärken. Nach spätestens 4-6 Stunden sollte Trinken wieder möglich sein, Dann sind Wasser, gezuckerter Tee (Schwarztee oder Kräutertee) oder Apfelsaftschorle ratsam.

Bei allgemeiner Beruhigung des Erkrankungsgeschehens kann dann auch wieder Nahrungsaufnahme in Form von Zwieback, Knäckebrötchen, Weissbrot, geriebenem Apfel oder Banane erfolgen.

Erst bei vollständiger Symptombefreiheit sollten Sie langsam wieder auf eine normale Ernährung übergehen.

Komplikationen:

Kinder unter 12 Jahren, ältere und vorerkrankte Menschen und Menschen unter Behandlung mit entwässernden Medikamenten sind gefährdet, im Rahmen einer Durchfallerkrankung eine Austrocknung mit eventuell schweren Folgen für die Nierenfunktion und das Kreislaufsystem zu erleiden.

Bitte kontaktieren Sie in diesen Fällen frühzeitig einen Arzt!

Sollten Sie in den letzten 4 Wochen vor Ausbruch der Durchfallerkrankung mit Antibiotika behandelt worden sein, kontaktieren Sie bitte ebenfalls einen Arzt. Es

könnte sich um eine bakterielle Fehlbesiedelung handeln, die speziell behandelt werden müsste.