

# Magen-Darm-Infekt bei Kindern

Durchfall und Erbrechen sicher behandeln

## Was ist ein Magen-Darm-Infekt?

- Plötzlich auftretender Durchfall (> 3 flüssige Stühle in 24h) mit oder ohne Erbrechen und/oder Fieber
- **Meist viral** bedingt - selbstlimitierend nach 3-7 Tagen
- **Hauptgefahr: Flüssigkeitsverlust** - besonders bei Säuglingen und Kleinkindern!

## Häufige Ursachen

### Viren (80%)

- Norovirus (Winter)
- Rotavirus (Frühjahr)
- Adenovirus

### Bakterien (selten)

- Salmonellen
- Campylobacter
- E.coli (EHEC)

### Übertragung

- Schmierinfektion
- Tröpfcheninfektion
- Lebensmittel

## Wann zum Arzt?



### Sofort zum Arzt / Notruf 112 bei:

- **Säuglinge < 3 Monate** mit Fieber > 38°C oder Durchfall
- **Bewusstseinsstörung** (extrem schläfrig, nicht ansprechbar)
- **Schwere Austrocknung:** keine Tränen, trockene Lippen, keine nasse Windel > 6h
- **Blutiger Durchfall** mit Fieber
- **Anhaltende Trinkverweigerung** (>12h bei Säuglingen)
- **Unstillbares Erbrechen** (alles kommt sofort wieder)
- **Starke Bauchschmerzen** mit brettharter Bauchdecke



### Kinderarzt innerhalb von 24h bei:

- **Säuglinge 3-12 Monate** mit Durchfall/Erbrechen **>24h**
- **Blutiger/schleimiger Durchfall**
- **Dehydratation** (siehe unten)
- Rückkehr aus **tropischen Ländern**
- **Fieber > 39°C bei Kleinkindern**
- **Durchfall >5 Tage**
- **Grunderkrankung** (Diabetes, Immunschwäche, etc.)
- Kind wirkt zunehmend **schwach/apathisch**

## Zeichen der Austrocknung

### Leicht (3-5% Gewicht)

- durstig
- unruhig/quengelig
- trockene Lippen
- Urinmenge normal

### Mittel (6-9% Gewicht)

- eingefallene Augen
- wenig Tränen
- Trockener Mund
- weniger Urin
- schläfrig

### Schwer (>10% Gewicht)

- tief eingefallene Augen
- keine Tränen
- sehr trockener Mund
- keine nasse Windel >6 Stunden
- Apathisches Kind

### Urinmenge - was ist normal?



Säugling: 6-8 nasse Windeln/Tag



Kleinkind: 4-6 Toilettengänge/Tag



## Das Wichtigste: Flüssigkeit

**Ziel:** Austrocknung verhindern & Flüssigkeitsersatz

### Gewicht Normal/Tag

5kg	500ml
10kg	1000ml
15kg	1250ml
20kg	1500ml

Erhaltungsbedarf/Tag



### pro Durchfall pro Erbrechen

+ 50ml	+ 25ml
+ 100ml	+ 50ml
+ 150ml	+ 75ml
+ 200ml	+ 100ml

zusätzliche Verluste ersetzen

bei Fieber: +10% pro °C > 37°C



## Wie viel?

So berechnet ihr die Gesamtmenge:

**Schritt 1:** Basis (Gewicht → Tabelle)

**Schritt 2:** + **Durchfall/Erbrechen** (Anzahl × ml pro Ereignis)

**Schritt 3:** + **Fieber** (10% der Summe pro °C über 37°C)

**Beispiel:**

(15kg, 3 × Durchfall in 24h, 38.5°C) + 1250 + 450 (3x150) = 1700 + 1700 × 1,15 = 1955ml



### Schafft euer Kind diese Menge nicht?

- kontaktiert den Kinderarzt
- bei <50% der Menge: Sofort zum Arzt



### Wann ins Krankenhaus statt Arztpraxis?

- Kind trinkt trotz Angebot <50% der berechneten Menge
- Zeichen verschlechtern sich trotz Flüssigkeitsgabe
- wiederholt Erbrechen jeglicher Flüssigkeit



## Was? Orale Rehydrationslösung (ORL)

Optimale Zusammensetzung aus Elektrolyten + Glucose für beste Aufnahme im Darm

### Fertige ORL aus der Apotheke:

- Oralpädon
- Elotrans
- GES

**Vorteil:** exakt dosiert, sicher

### WHO-Rezept (Notfall):

- 1 Liter Wasser (abgekocht)
- ½ TL Salz (3g)
- 6 TL Zucker (30g)
- Optional 1 Tasse Orangensaft

**Wichtig:** exakt abmessen!



**Geduldsspiel:** Viele Kinder verweigern ORL wegen des Geschmacks  
→ gekühlt besser akzeptiert



## Wie? Kleine Mengen. HÄUFIG.

### Nach dem Erbrechen:

- **Pause** 30-60min
- dann **5ml alle 5min** (1TL) mit Löffel / Spritze
- Langsam steigern, wenn toleriert
- Nach 3-4h: normales Trinken versuchen

### Bei Durchfall ohne Erbrechen:

- 50-100ml nach jedem Durchfall
- in kleinen Schlucken über 10 min
- Säuglinge weiter Stillen
- zusätzlich ORL anbieten



## Ernährung während des Infekts

### Empfohlen:

- Säuglinge weiter Stillen
- Schonkost, sobald Kind isst,
- aber keine spezielle Diät
- Kleine, häufige Mahlzeiten
- Gut: Banane, Reis, Apfelmus, Toast, Zwieback, Kartoffeln, Karotten

### Vermeiden:

- Cola/Limo (zu viel Zucker!)
- unverdünnte Fruchtsäfte
- fettige Speisen
- Fasten erzwingen

**Mythos:** Cola + Salztangen  
NICHT geeignet!  
Falsche Elektrolyt-Balance



## Medikamente – was hilft wirklich?

### Bei Erbrechen (vom Arzt):

- Ondasetron kann helfen
- Reduziert Erbrechen kurzfristig
- → erleichtert Trinken

### Nicht empfohlen:

- Antibiotika (viral!)
- Durchfallstopper (Loperamid) bei Kindern
- Probiotika als Routine

**Wichtig:** Bei bakteriellem Durchfall mit Fieber/Blut → Kinderarzt entscheidet über antibiotische Therapie und geeignetes Medikament



## Hygiene - Ansteckung verhindern!

- Hände waschen (20 Sek., Seife) nach Toilette/Wickeln
- separate Handtücher nutzen
- Bei Erbrechen: Virenwolke → Abstand halten
- Spielzeug und Oberflächen desinfizieren
- Windeln sofort in verschlossenem Beutel entsorgen
- Rotavirus-Impfung für Säuglinge empfohlen (STIKO)



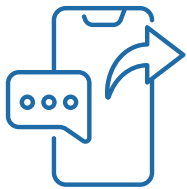
## Wann wieder Kita / Schule:

- **mindestens 48h** symptomfrei (= 48h kein Durchfall/Erbrechen)
- Kind ist wieder fit und belastbar
- bei bestimmten Erregern (z.B. Norovirus, Salmonellen): Ärztliches Attest erforderlich

# Quellen

Diese Informationen basieren auf aktuellen medizinischen Leitlinien und Empfehlungen, u. a. der AWMF-Leitlinie zur akuten infektiösen Gastroenteritis (2024), internationalen Fachgesellschaften (ESPGHAN/ESPID), der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sowie Übersichtsarbeiten aus anerkannten Fachzeitschriften.

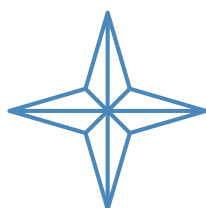
Empfehlungen zu Hygiene, Ansteckung und Impfung stammen vom Robert Koch-Institut (RKI), der STIKO und dem Infektionsschutzgesetz (§ 34).



## Weitergabe

- Dieses PDF darf gerne unverändert privat weitergegeben werden.
- Eine kommerzielle Nutzung, Bearbeitung oder der Weiterverkauf ist nicht erlaubt.

Stand: Dezember 2025



**SERRAVA**  
Kompass