

## **Elterninformation zu Magen Darm Infekten**

Ein Magen Darm Infekt kann durch eine Vielzahl von Krankheitserregern hervorgerufen werden.

Die Erreger können entweder über die Nahrung aufgenommen werden (z.B. Salmonellen) oder die Ansteckung erfolgt über den direkten Kontakt mit den Erregern über unsaubere Hände oder infektiöse Ausscheidungen (Stuhl, Erbrochenes) und bei Noroviren auch über die Luft.

Es kommt nach Ansteckung meist plötzlich zu Krankheitszeichen wie Fieber, Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen und Durchfall mit zahlreichen Stühlen. Säuglinge und Kleinkinder sind besonders durch den Flüssigkeitsverlust und die Nahrungsverweigerung gefährdet. Der Wassermangel kann zu einer Austrocknung (Dehydratation) des Körpers führen, der sich zum Beispiel daran zeigt, dass die Mundschleimhaut trocken wird, die Fontanelle bei Säuglingen einsinkt, das Kind sehr viel schläft oder Hautfalten stehen bleiben.

Bei Säuglingen und Kleinkindern spricht man bei einem Gewichtsverlust von mehr als 10% des Körpergewichts von deutlicher Austrocknung und es sollte dann immer ein Arzt aufgesucht werden. Säuglinge und Kleinkinder können sehr schnell austrocknen und werden dann zunehmend schwächer. Ein starker Flüssigkeitsmangel kann lebensbedrohlich sein. Die wichtigste Maßnahme ist deshalb für alle, die verlorengegangene Flüssigkeit frühzeitig zu ersetzen. Für die Kinder sind neben dem Flüssigkeitsersatz auch Energie und Elektrolyte (Salze) notwendig, damit der Stoffwechsel des Körpers nicht entgleist. Deshalb ist es besonders bei jungen Kindern wichtig, von Anfang an eine spezielle Traubenzucker-Salz Mischung zu verabreichen.

Hierfür sollten entsprechende Elektrolytpulver mit Zucker und Salzen aus der Apotheke verwendet werden (orale Rehydratationslösung -ORL), bzw. Säuglinge weiter von der Mutter gestillt werden. Je nach Schwere und Verlauf muss der Flüssigkeitsersatz manchmal auch über eine Magensonde oder Infusion verabreicht werden und die Kinder hierfür stationär im Krankenhaus aufgenommen werden. In der akuten Phase ist es für die Kinder meist schwer Nahrung bei sich zu behalten, das bessert sich im Verlauf und die Kinder können dann leicht verdauliche Nahrung zu sich nehmen (angefangen von Suppenbrühe über Reis, Hafer-oder Griesbrei, Brot und Salzstangen).

Nur in wenigen Fällen ist eine medikamentöse Therapie sinnvoll, auch Antibiotika sind bei Magen-Darminfektionen nur sehr selten notwendig.

Hygienemaßnahmen wie gründliches und regelmäßiges Händewaschen schützen vor einer Ansteckung. Kinder können im Säuglingsalter gegenüber Rotaviren ab der sechsten Lebenswoche mit einer Schluckimpfung aktiv immunisiert werden, diese verringert nachweislich die Ansteckungsrate. Auf Reisen sollten Nahrungsmittel gekocht oder geschält werden und ansonsten nicht verzehrt werden.