

Rezept für die **Drittelsmischung** gegen
akutes Erbrechen

Achtung: Diese Mischung erst ab **1 Jahr** geben!

- 1/3 Kamillen- oder Schwarztee, pro 100 ml 1 Teelöffel
Traubenzucker
- 1/3 Kochsalzlösung (1/2 l Wasser mit 1 Teelöffel Kochsalz
aufkochen)
- 1/3 Orangensaft

Alles mischen, kühl stellen und für die nächsten zwei bis drei
Stunden immer wieder löffelweise eingeben. Bei Kindern unter
einem Jahr eher Kamillentee anstelle von Schwarztee verwenden.

Empfohlene Flüssigkeitsmenge bei Brechdurchfall

1. Lebensjahr:

0-3 Monate	1/6 vom Körpergewicht
4-7 Monate	1/7 vom Körpergewicht
8-12 Monate	1/8 vom Körpergewicht

Nach dem 1. Lebensjahr:

bsp:

100 für die ersten 10kg	8kg-> 800ml
50 für die zweiten 10kg	20kg-> 1500ml
20 für die weiteren kg	30kg-> 1700ml



Mütter- und Väterberatung

Bezirk Bremgarten

**Ihr Kind hat
Durchfall und
Erbrechen**

Wie können Sie Ihr Kind jetzt ernähren?

Im akuten Stadium des Erbrechens und Durchfalls machen Sie eine Nahrungspause und geben dem Kind eine Elektrolytlösung (z. B. Normolytoral, Oralpädon oder Elotrans).

Bereiten Sie die Lösung wie auf der Packung beschrieben vor und geben Sie dem Kind alle 5 Minuten einen Löffel von der Lösung. Fahren Sie damit fort, bis der Brechreiz aufhört. Die Lösung sollte gekühlt sein. Für grössere Kinder kann auch eine 1/3-Mischung verwendet werden (siehe Rückseite).

Wenn das Erbrechen in den nächsten 2-4 Stunden nicht aufhört, das Kind apathisch wird oder die Urinausscheidung stark abnimmt, sollte mit dem Arzt Kontakt aufgenommen werden, da das Kind innerlich austrocknen könnte.

- Nahrungsaufbau mit Muttermilch: Das Kind wie gewohnt weiterstillen (evt. kürzere und häufigere Stillzeiten)
- Nahrungsaufbau bei Kindern bis 6 Monaten bei denen eine Allergieprophylaxe gemacht wird und die Säuglingsmilchernährung bekommen mit „BEBA Sensitiv von Nestlé, bei allen anderen Kindern Aptamil HN25 von Milupa
- Kindern ab 6 Monaten kann man auch Rüeblisuppe geben, falls sie schon Rüepli bekommen haben:
Rezept: 500 gr Rüepli in 1 Liter Wasser 1 - 1 ½ Stunden kochen, durchsieben oder pürieren und mit abgekochtem Wasser auf 1 Liter Gesamtmenge auffüllen. Einen gestrichenen Teelöffel Salz hinzufügen. Die Rüeblisuppe portionenweise dem Kind zum Trinken oder mit dem Löffeli geben. Evtl. etwas Reismehl dazugeben.

Kinder denen bereits Zusatznahrung gegeben wird, können nach 1 - 2 Tagen wieder folgende Nahrungsmittel angeboten werden:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Aptamil HN25 als Brei | <input type="checkbox"/> fettfreie Bouillon |
| <input type="checkbox"/> geriebener, roher Apfel | <input type="checkbox"/> Salzstengeli |
| <input type="checkbox"/> Karotten püriert evtl. mit Kartoffelpüree | <input type="checkbox"/> Zwieback/Knäckebröt |
| <input type="checkbox"/> zerdrückte Banane | |
| <input type="checkbox"/> Reis/Reismehl | |

Es ist sinnvoll, einen langsamen Nahrungsaufbau zu machen.

Ungeeignete Nahrungsmittel sind:

- fettige Speisen
- Vollmilch und Milchprodukte
- Eier
- Fruchtsäfte
- Zitrusfrüchte
- stark gewürzte Speisen
- Wurstwaren

Wann müssen Sie sich an den Arzt wenden

- Schlechter Allgemeinzustand des Kindes
- Apathie
- Hohes Fieber
- Keine oder wenig Urin Ausscheidung
- Trockene Mundschleimhäute