

- Ihr Kind sehr oft am Tag Durchfall hat oder viel erbrechen muss. Zum Beispiel:
 - » Ein Kleinkind macht öfter als 6-mal am Tag.
 - » Ein Schulkind macht öfter als 8-mal am Tag.
- Ihr Kind immer kränker und schwächer wird.
- Sie im Durchfall Blut sehen.
- Sie wissen, dass ihr Kind eine Krankheit am Darm, an den Nieren oder im Stoffwechsel hat.
- Sie sich einfach Sorgen machen.

- Your child has diarrhoea very often during the day or vomits a lot. For example:
 - » A toddler goes more than 6 times a day.
 - » A school child goes more than 8 times a day.
- Your child is getting sicker and weaker.
- You see blood in the diarrhoea.
- You know your child has a bowel, kidney or metabolic disease.
- You are simply worried.



Kann ich mein Kind vor Durchfall schützen?

Sie können Durchfall nicht immer verhindern. Aber Sie können einiges tun damit ihr Kind gesund bleibt:

- Wenn Sie Ihr Baby stillen, bekommt es seltener Durchfall.
- Wenn Ihr Baby aus dem Fläschchen trinkt, müssen Sie die Milch vor dem Trinken immer ganz frisch machen. Halten Sie sich genau an die Angaben auf der Milchpackung.
- Das Fläschchen und der Schnuller müssen immer sauber sein.
- Gegen manche Viren gibt es eine Impfung. Die Viren heißen Rota-Viren. Mit einer Impfung gegen Rota-Viren bekommt ihr Kind seltener Durchfall.
- Fleisch und Eier müssen immer gut gekocht oder gebraten werden.

Can I protect my child from diarrhoea?

You cannot always prevent diarrhoea. But there are things you can do to help your child stay healthy:

- If you breastfeed your baby, he or she will get diarrhoea less often.
- If your baby drinks from a bottle, you must always make the milk completely fresh before drinking it. Follow the instructions on the milk carton exactly.
- The bottle and the dummy must always be clean.
- There is a vaccination against some viruses. These viruses are called Rota viruses. With a vaccination against Rota viruses, your child will get diarrhoea less often.
- Meat and eggs must always be well cooked or fried.



Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. (DGKJ)
 info@dgkj.de
 www.dgkj.de



MigraDo - Dienstleistungszentrum Migration & Integration
 MigraDo@stadtdo.de
 www.dortmund.de/migrado



Klinik für Kinder- und Jugendmedizin, Klinikum Dortmund gGmbH
 kinderlinik@klinikumdo.de
 www.klinikumdo.de/kliniken-zentren/kliniken/kinder-jugendmedizin/willkommen/



Gesundheitsamt - Kinder und Jugendgesundheitsdienst
 Hoher Wall 9-11, 44137 Dortmund
 53kinder@stadtdo.de



Deutsch



English



Deutsch / English



Wichtige Tipps zum Umgang mit der Erkrankung.



Durchfall / Diarrhoea



Dieser Flyer soll Ihnen bei der Entscheidung helfen, ob Ihr erkranktes Kind Zuhause in Ruhe gesund werden kann oder ob es notwendig ist, eine Kinderarztpraxis oder ein Krankenhaus aufzusuchen.



Mein Kind hat Durchfall

Kinder haben manchmal Durchfall. Der „Stuhl“ ist weich und flüssig. „Stuhl“ sagen Ärzte/Ärztinnen, wenn Menschen „groß“ machen. Bei Durchfall riecht der Stuhl auch schlecht. Dann müssen die Kinder oft auf die Toilette, oder die Windel ist oft voll.

Manchmal muss Ihr Kind sich auch übergeben („erbrechen“). Meistens ist der Durchfall nach zwei oder drei Tagen vorbei.



Viele Eltern fragen sich:

- Warum hat mein Kind Durchfall?
- Wie kann ich meinem Kind bei Durchfall helfen?
- Wann muss mein Kind mit Durchfall zum Arzt/zur Ärztin in die Praxis gehen?
- Kann ich mein Kind vor Durchfall schützen?

Warum hat mein Kind Durchfall?

Durchfall kommt meist von „Viren“, manchmal auch von „Bakterien“. Viren und Bakterien sind Krankheitserreger. Man sagt auch: **Das Kind hat einen „Magen-Darm-Infekt“**.

Viren und Bakterien sind ansteckend. Das bedeutet: andere Menschen können auch krank werden. Kinder mit Durchfall sollen deshalb nicht in den Kindergarten oder in die Schule gehen.

My child has diarrhoea

Children sometimes have diarrhoea. The „stool“ is soft and liquid. „Stool“ is what doctors/medical assistants say when people make poo poo. When children have diarrhoea, the stool also smells bad. Then children often have to go to the toilet, or the nappy is often full.

Sometimes your child also has to throw up („vomit“). Usually the diarrhoea is over after two or three days.

Many parents ask themselves:

- Why does my child have diarrhoea?
- How can I help my child with diarrhoea?
- When should my child with diarrhoea go to the doctor's office?
- Can I protect my child from diarrhoea?

Why does my child have diarrhoea?

Diarrhoea usually comes from „viruses“, sometimes also from „bacteria“. Viruses and bacteria are bug. We also say: **the child has a „stomach bug“**.

Viruses and bacteria are contagious. This means that other people can also get sick. Children with diarrhoea should therefore not go to kindergarten or school.

Es gibt auch andere Gründe für Durchfall.

Zum Beispiel: im Essen können Krankheitserreger sein. Zum Beispiel in rohem Fleisch oder in Eiern. Oder: Das Kind verträgt bestimmtes Essen nicht. Wenn Sie glauben, dass der Durchfall bei Ihrem Kind vom Essen kommt, sprechen Sie mit einem Arzt/einer Ärztin.

Wie kann ich meinem Kind bei Durchfall helfen?

Bei Durchfall muss Ihr Kind Ruhe haben. Der Körper verliert viel Wasser und Salze, das kann gefährlich sein. Vor allem für Babys und kleine Kinder. Ihr Kind muss viel trinken. So verliert der Körper weniger Salz und Wasser. Das ist wichtig!

Manchmal brauchen die Kinder ein besonderes Getränk. Das Getränk heißt: „Elektrolyt-Glukose-Lösung“. Ihr Arzt/Ihre Ärztin kann Ihnen ein Rezept für das Getränk geben. Dann bekommen Sie es in der Apotheke. Das Getränk ist in kleinen Päckchen mit Pulver. Das Pulver rühren Sie mit Wasser an. Auf der Packung steht, wie viel Wasser Sie nehmen müssen. Auf der Packung steht auch, wie viel von dem Getränk Ihr Kind braucht.

Sie können das Getränk auch auf einem Löffel geben.

Viele Menschen glauben: Bei Durchfall muss man Salzstangen essen und Cola trinken. Oder: Bei Durchfall darf man nur wenig Fett essen. Aber das stimmt nicht. Ihr Kind darf alles essen. Sie sollten Ihr Kind auch weiter stillen.

There are also other reasons for diarrhoea.

For example: there can be bug in the food. For example, in raw meat or eggs. Or: the child does not tolerate certain food. If you think that your child's diarrhoea is caused by food, talk to a doctor.



How can I help my child with diarrhoea?

When your child has diarrhoea, he or she needs to rest. The body loses a lot of water and salts, which can be dangerous. Especially for babies and small children. Your child needs to drink a lot. This way the body loses less salt and water. This is important!

Sometimes children need a special drink. The drink is called: „electrolyte-glucose solution“. Your doctor can give you a prescription for the drink. Then you can get it at the pharmacy. The drink comes in small packets of powder. You mix the powder with water. It says on the packet how much water you have to take. It also says how much of the drink your child needs.

You can also give the drink on a spoon.

Many people think: When you have diarrhoea, you have to eat salt sticks and drink cola. Or: When you have diarrhoea, you can only eat a little fat. But that is not true. Your child can eat anything. You should also continue to breastfeed your child.

Aber: Essen und Trinken mit viel Zucker ist nicht gut. Deshalb sollte Ihr Kind keine Limonade trinken. Auch keine Cola! Und keinen Saft. Besser ist Wasser oder Tee. Zum Essen sind Nudeln, Brei, Kartoffeln, Brot und Zwieback gut.

Wann muss mein Kind mit Durchfall zum Arzt/zur Ärztin?

Wenn Ihr Kind Durchfall hat, verliert es viel Wasser und Salz. Das kann gefährlich sein.



Sie müssen mit Durchfall zum Arzt/zur Ärztin in die Praxis gehen, wenn:

- Ihr Kind jünger als sieben Monate alt ist oder weniger als acht Kilo wiegt.
- Ihr Kind Fieber über 39°C hat.
- Ihr Kind sich anders verhält als sonst.
Zum Beispiel:
 - » Ihr Kind ist sehr schwach.
 - » Ihr Kind ist sehr gereizt.
 - » Ihr Kind schreit viel.
 - » Ihr Kind schreit anders als sonst.
 - » Ihr Kind kann oder möchte nichts trinken.
 - » Ihr Kind kein oder nur ganz wenig Pipi macht.

But: Eating and drinking with a lot of sugar is not good. That is why your child should not drink any lemonade. No cola either! And no juice. Water or tea is better. Pasta, porridge, potatoes, bread and rusks are good to eat.

When should my child with diarrhoea see a doctor?

When your child has diarrhoea, he or she loses a lot of water and salt. This can be dangerous.

You must go to the doctor's office with diarrhoea if:

- Your child is younger than seven months old or weighs less than eight kilos.
- Your child has a fever over 39°C.
- Your child is behaving differently than usual.
For example:
 - » Your child is very weak.
 - » Your child is very irritable.
 - » Your child cries a lot.
 - » Your child cries differently than usual.
 - » Your child cannot or does not want to drink.
 - » Your child does not pee or pees very little.

