

## Praxis & Medizin



### Was können Sie bei Durchfall tun?

Der mit dem Durchfall **verbundene Flüssigkeitsverlust** kann besonders bei Kindern und älteren Menschen zu Austrocknung führen. Bei anhaltendem Durchfall können Austrocknung und Mineralienverlust im schlimmsten Fall sogar zum Tode führen.

#### Trinken: 2 - 4 Liter

- Gesüßte Getränke vorzugsweise Tee mit Honig oder Zucker
- Mineralienpulver aus der Apotheke
- kein Alkohol
- kohlesäurefreie Getränke bevorzugen

#### Essen

- Tee
- Zwieback
- Salzstangen
- Kartoffelbrei
- Haferschleim
- keine fettigen Speisen

Hält der Durchfall länger an oder kommt es zu blutigen Stühlen, wird eine ärztliche Vorstellung notwendig.

#### Durchfallerkrankungen - Lebensmittel mit **stopfender** Wirkung sind:

Getreide und Getreideprodukte Obst Getränke Weißbrot Bananen schwarzer und grüner Tee (lange gezogen) Zwieback / Salzstangen getrocknete Heidelbeeren Geschälter Reis Grieß Haferflocken/Haferschleim Teigwaren (Nudeln) Trockengebäck **Milchprodukte Süßwaren Diverses** trockener Käse wie Hartkäse (Bitter-) Schokolade Kokosflocken Kakaopulver **Gemüse** Gekochte Kartoffeln / Kartoffelbrei

---

<b>Durchfallerkrankungen - Lebensmittel, die blähend wirken können</b>		
Angewandte Medizinische Praxis	Montag	12:00 Uhr und 15:00 - 18:00 Uhr
<b>Dr. med. Silke Pasker</b>	Dienstag	08:00 - 12:00 Uhr
Schaezlerstr. 17	Mittwoch	09:00 - 10:30 Uhr
86150 Augsburg	Donnerstag	08:00 - 12:00 Uhr und 15:00 - 17:00 Uhr
Telefon: 0821 30 516	Freitag	09:00 - 10:30 Uhr

Getreide und Getreideproduktefrisches

BrotVolkornbrot**Gemüse**Hülsenfrüchte**Getränke**KnoblauchBierKohlgemüseFederweißerPaprikascho  
tenkohlen säurehaltige GetränkeTopinamburSektZwiebeln**ObstDiverses**frisches Obstkünstliche  
Süßstoffe (Sorbit)

---

**Allgemeinmedizinische Praxis**

**Dr. med. Silke Pasker**

Schaezlerstr. 17

86150 Augsburg

Telefon: 0821 30 516

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

08:00 - 12:00 Uhr und 15:00 - 18:00 Uhr

08:00 - 12:00 Uhr

09:00 - 10:30 Uhr

08:00 - 12:00 Uhr und 15:00 - 17:00 Uhr

09:00 - 10:30 Uhr