

Leserbrief

Ernährung bei Durchfall

Betreff: „Montezumas Rache und andere Diarrhö-Formen“, HA 16/17, S. 57



Ergänzend bewährte sich in meiner Hausarztpraxis folgende Therapie:

Bei **Sommer-Diarrhöen** gab ich bei Erwachsenen als Erstes gegen die Exsikkose eine Infusion mit Kochsalz- oder Ringerlösung und empfahl einen Tag morgens und abends je sechs Kohle-Compretten in einem Glas Wasser umrühren und trinken.

Oft reichte das schon und der Patient war gesund. Keinen Alkohol, kein Bier. Dafür Haferschleim, Tee, Zwieback. Wärmflasche auf den Leib und Kamillen- oder Fencheltee trinken plus Leibniz Butterkeks essen. Haferschleim ohne Butter und mit einer Prise Salz. Zwieback mit Margarine und Salz oder Marmelade drauf und zimmerwarmer Fachinger Sprudel. Gequetschte Banane.

Oft half mir auch bei **beginnendem Durchfall** eine klein gewürfelte Zwiebel mit Salz auf einem Margarinebrot.

Ein bis zwei Äpfel schälen, so fein reiben wie Apfelbrei (aber keinen fertigen Brei aus dem Glas nehmen), zehn

Minuten stehen lassen, bis er braun ist und dann alle Viertelstunde einen Teelöffel voll essen. Auch Kümmel- oder Anis-Tee evtl. mit Salzstangen oder Zwieback. Aber keinen Pfefferminztee, der kann den Durchfall verschlimmern. Oder Graubrot im Toaster schön bräunen und mit Margarine und Salz darauf essen.

Gegen den Salzverlust bei Durchfall: mehrmals täglich einen Esslöffel Tomatenmark in einem Glas Wasser auflösen und trinken.

Erwachsene: Loperamid. Gegen Übelkeit: Metoclopramid. Gegen Leibschmerzen: Butylscopolaminiumbromid Dragees oder Zäpfchen.

Kinder: Loperamid Lösung. Gegen Übelkeit: Dimenhydrinat Kinderzäpfchen. Gegen Leibschmerzen: Butylscopolaminiumbromid Dragees oder Zäpfchen Oralpäden.

*Dr. Dieter Feldmann,
Bad Lauterberg*



Schreiben Sie uns! Anregungen, Lob oder Kritik, wir freuen uns über jeden Beitrag.
info@medizinundmedien.eu
Postadresse siehe Impressum