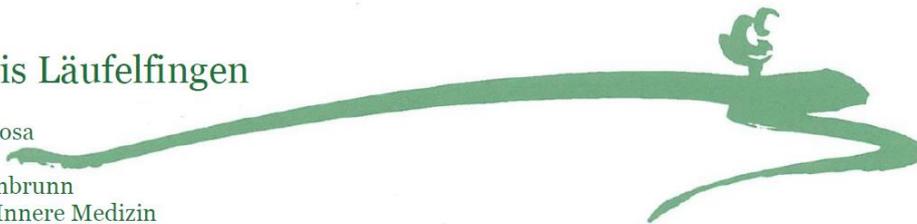


# Hausarztpraxis Läuelfingen

Dr. med. Stephan Gerosa  
Dr. med. Pascal Suda  
Dr. med. Stefanie Zumbrunn  
Fachärzte FMH Allg. Innere Medizin



## Diätplan zur Behandlung von Erbrechen beim Kind & Erwachsenen

Zuerst nur eine Elektrolytlösung (z.B. Oralpädon aus der Apotheke) oder die folgende Teezubereitung verabreichen:

2 dl Schwarztee + 2 dl Orangensaft + 2 dl Mineralwasser + 3 Esslöffel Zucker + 3 Esslöffel Traubenzucker
--

Alle 5 – 10 Minuten 1-2 Teelöffel von diesem kalten Getränk einnehmen.

**Achtung:** Nicht aus der Tasse trinken, weil dadurch wieder Erbrechen ausgelöst werden kann.

Keinerlei zusätzliche Nahrungsmittel oder Getränke!

Nach ca. 5 Stunden, wenn nicht mehr erbrochen wurde, mit einem **langsamen** Nahrungsaufbau beginnen

Folgende Nahrungsmittel sind geeignet:

- Zerdrückte Banane
- Geriebener Apfel
- Knäckebrot mit Honig oder Marmelade
- Magere Bouillon oder Nudelsuppe
- Kartoffelbrei/Stocki (Zubereitung ohne Milch)
- Toastbrot

Zuerst versuchen, ob eines dieser Nahrungsmittel vertragen wird. Wenn es nicht erbrochen wird, darf ein anderes dazukommen.

Keine fetthaltigen Nahrungsmittel einnehmen, d.h. auch keine Milch und Milchprodukte.