



# MEIN KIND MUSS ERBRECHEN

Universitätsklinik für  
Kinder- und Jugendheilkunde

## Wann zum Arzt?

Bei folgenden Symptomen wenden Sie sich an Ihren Kinderarzt bzw. im Notfall an die Notfallambulanz der Kinderklinik (<http://kinderklinik.uniklinikumgraz.at>):

- Ihr Baby ist jünger als 6 Monate.
- unstillbares Erbrechen, Erbrechen direkt nach dem Aufstehen oder aus dem Schlaf heraus
- Seh-, Sprech- oder Gleichgewichtsstörungen
- starker Husten, Erbrechen im Rahmen von Hustenanfällen
- Ihr Kind schreit über Stunden und lässt sich nicht beruhigen.
- Ihr Kind verweigert jegliche Flüssigkeitsaufnahme bzw. erbricht jede Flüssigkeit, die Sie zuführen.
- hohes Fieber (über 39°C), das sich nicht senken lässt
- Verhaltensauffälligkeiten (Müdigkeit, schrilles Schreien, Gereiztheit, Verwirrtheit)
- Verschlechterung des Zustandes trotz Trinklösung
- starke Bauchschmerzen, sehr angespannte Bauchdecke

### Allgemein gilt:

Ziehen Sie Ihren Kinderfacharzt/Ihre Kinderfachärztin zu, wenn Sie unsicher sind oder sich überfordert fühlen!

## Wann sofort zum Arzt?

- Ihr Kind ist jünger als 12 Monate und erbricht unstillbar.
- Ihr Kind wirkt sehr matt und lässt sich nicht aufwecken.
- Ihr Kind hat eine schwere Grundkrankheit (insbesondere Darm-, Nieren- oder Stoffwechselerkrankungen).
- Erbrechen ohne Durchfall dauert länger als einen Tag.
- Sie stellen blutiges Erbrechen (mehr als einzelne Blutfäden) fest.
- Das Erbrochene ist gallig (dunkelgrün).
- Ihr Kind erbricht Stuhl.
- Ihr Kind bekommt Hautblutungen.
- Ihr Kind zeigt eine deutliche Nackensteifigkeit.
- Ihr Kind hat sicher oder vielleicht Medikamente oder giftige Substanzen (Putzmittel, etc.) geschluckt.
- Erbrechen bei Verdacht auf Gehirnerschütterung.

## Hygiene-Tipps

Erreger der Magen-Darm-Grippe wie Rotaviren und Noroviren sind hochansteckend. Sie werden durch Schmierinfektion, das heißt durch Berührung verschmutzter Gegenstände (Türklinke, Wasserhahn, Lichtschalter) und anschließenden Hand-Mund-Kontakt übertragen. Eine Impfung gegen Rotaviren (Schluckimpfung ab der 6. Lebenswoche) kann Ihr Kind schützen.

### Schutz vor Infektionen:

- nach jedem Toilettengang/Wickeln die Hände gut mit Seife waschen (mind. 30 Sekunden)
- vor der Zubereitung von Mahlzeiten und vor dem Essen Hände mit Seife waschen
- Toilette nach dem Benützen durch Erkrankte gut reinigen
- Windelkübel mehrmals täglich ausleeren

### Impressum:

**Medieninhaber:** LKH-Univ. Klinikum Graz  
A-8036 Graz, Auenbruggerplatz 1, [www.klinikum-graz.at](http://www.klinikum-graz.at)

**Titelfoto:** [shutterstock.com/pathdoc](http://shutterstock.com/pathdoc)

**Fotos:** [shutterstock.com](http://shutterstock.com): Lorelyn Medina, Maros Bauer, wavebreakmedia, Sergey0506, Walther S, Poznyakov

**Stand:** Graz, November 2016





## Was ist Erbrechen?

Unter Erbrechen versteht man die schwallartige Entleerung von Magen- oder Speiseröhreninhalt durch Mund und Nase.

Erbrechen ist keine eigenständige Krankheit, sondern ein Anzeichen unterschiedlicher Erkrankungen und kann rasch zu bedrohlichem Flüssigkeitsmangel führen. Es ist daher sehr wichtig, auf Signale zu achten, die auf ernste Erkrankungen oder einen Flüssigkeitsmangel hinweisen.

Häufigste Ursache von Erbrechen bei Kindern und Jugendlichen ist eine Gastroenteritis (Brechdurchfall, „Magen-Darm-Grippe“). Das ist eine virale, selten auch bakterielle Infektion des Verdauungstraktes. Bei einer Gastroenteritis kommt zum Erbrechen immer Durchfall, manchmal auch Fieber, hinzu.



## Worauf ist zu achten?

Erbrechen, vor allem bei einer Gastroenteritis mit Durchfall, kann rasch zur Austrocknung führen. Achten Sie daher gezielt auf die Zeichen einer Austrocknung:

- Müdigkeit oder Mattigkeit
- Lustlosigkeit: Ihr Kind möchte nicht mehr spielen, nur noch schlafen.
- trockene Lippen und Schleimhäute; trockene und belegte Zunge
- blasse und trockene Haut, „stehende“ Hautfalten
- „dunkle“ Augenringe oder „eingefallene“ Augen
- verminderte Harnausscheidung (Beachten Sie, wann die Windel zuletzt nass war)
- Gewichtsverlust



## Was kann ich tun?

Geben Sie Ihrem Kind viel zu trinken, um Flüssigkeits- und Salzverluste auszugleichen, am besten immer wieder kleine Mengen. Spezielle Trinklösungen aus Salz und Traubenzucker (z. B. Normolyt®, Hipp ORS 200®) können ohne Rezept in der Apotheke gekauft werden. Die Trinklösungen sollten NICHT mit Milch oder Saft vermischt werden. Am besten schmecken sie **kalt** und **schluckweise**.

### Säuglinge

- **Gestillte Säuglinge:** weiter stillen, zusätzlich schluck-/löffelweise Trinklösung
- Bei **Flaschennahrung:** zuerst vier Stunden ausschließlich Trinklösung, danach wieder normale Flaschennahrung und zusätzlich Trinklösung.

### Kleinkinder

- Spezielle **Trinklösung!** Motivieren Sie das Kind durch „spielerisches Trinken“ (z. B. Strohhalm).

Nehmen Sie auf Reisen eine Trinklösung für Kinder mit!



## Essen und Trinken

- Geben Sie Ihrem Kind nach etwa vier bis sechs Stunden leicht verdauliche, fettarme Kost (Reis, mageres Fleisch, Kartoffelpüree, Banane).
- Geben Sie Ihrem Kind keine fettreichen Nahrungsmittel („Gebackenes“), keine zu süßen Lebensmittel und Süßigkeiten, keine kohlen säurehaltigen oder stark gesüßten Getränke.
- Vermeiden Sie einseitige Diäten (z. B. ausschließlich Karottenzubereitungen).

### Zur Vorbeugung:

- Vermeiden Sie Infektionen durch Lebensmittel. Bereiten Sie Flaschenmilch stets frisch zu und kochen oder braten Sie Fleisch und Eier gut durch.