

• 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.



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.

• Çocuğunuz gün içinde çok sık ishal oluyor veya çok kusuyor. Örneğın:

- » Yeni yürümeye başlayan bir çocuk günde 6 kereden fazla tuvalete gidiyor.
- » Okul çağındaki bir çocuk günde 8 kereden fazla tuvalete gidiyor.

• Çocuğunuz gittikçe hastalanıyor ve zayıflıyor.

• İshalde kan görüyorsunuz.

• Çocuğunuzun bağırsak, böbrek veya metabolik bir hastalığı olduğunu biliyorsunuz.

• Sadece endişeleniyorsunuz.

Çocuğumu ishalden koruyabilir miyim?

İshali her zaman önleyemezsiniz. Ancak çocuğunuzun sağlıklı kalmasına yardımcı olmak için yapabileceğiniz şeyler vardır:

- Bebeğınızı emzirerseniz, daha az sıklıkta ishal olacaktır.
- Bebeğiniz biberonla süt içiyorsa, sütü içmeden önce her zaman tamamen taze hale getirmelisiniz. Süt kutusunun üzerindeki talimatlara tam olarak uyun.
- Biberon ve kukla her zaman temiz olmalıdır.
- Bazı virüslere karşı aşı vardır. Bu virüslere Rota virüsleri denir. Çocuğunuz Rota virüslerine karşı aşılanmışsa, ishal olma olasılığı daha düşüktür.
- Et ve yumurta her zaman iyi pişirilmeli veya kızartılmalıdır.



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

MigraDo

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

KLINIKUM DO

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin, Klinikum Dortmund gGmbH
kinderklinik@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



Türkçe



Deutsch / Türkçe



Wichtige Tipps zum Umgang mit der Erkrankung.



Durchfall / İshal



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.

Çocuğum ishal oldu

Çocuklar bazen ishal olurlar. „Dışkı“ yumuşak ve sıvıdır. „Gaita“, doktorların/tıp asistanlarının insanlar „büyüklerinde“ söyledikleri şeydir. Çocuklar ishal olduğunda dışkı da kötü kokar. Bu durumda çocuklar sık sık tuvalete gitmek zorunda kalırlar veya bezleri sık sık doludur.

Bazen çocuğunuz kusmak („kusmak“) zorunda da kalır. Genellikle ishal iki ya da üç gün sonra sona erer.

Birçok ebeveyn kendine şunu sorar:

- Çocuğum neden ishal oluyor?
- İshal olan çocuğuma nasıl yardım edebilirim?
- İshal olan çocuğum ne zaman doktora gitmeli?
- Çocuğumu ishalden koruyabilir miyim?

Çocuğum neden ishal oluyor?

İshal genellikle „virüslerden“, bazen de „bakterilerden“ kaynaklanır. Virüsler ve bakteriler patojenlerdir. Şöyle de deriz: **çocukta „mide mikrobu“ var**.

Virüsler ve bakteriler bulaşıcıdır. Bu, diğer insanların da hastalanabileceği anlamına gelir. Bu nedenle ishal olan çocuklar kreşe veya okula gitmemelidir.

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.

İshalin başka nedenleri de vardır.

Örneğin: yiyeceklerde patojenler olabilir. Örneğin çiğ et veya yumurtada. Ya da çocuk bazı yiyecekleri tolere edemiyor olabilir. Çocuğunuzun ishalinin yiyeceklerden kaynaklandığını düşünüyorsanız, bir doktorla konuşun.



İshal olan çocuğuma nasıl yardımcı olabilirim?

Çocuğunuz ishal olduğunda dinlenmeye ihtiyacı vardır. Vücut çok fazla su ve tuz kaybeder, bu da tehlikeli olabilir. Özellikle bebekler ve küçük çocuklar için. Çocuğunuzun çok içmesi gerekir. Bu şekilde vücut daha az tuz ve su kaybeder. Bu çok önemli!

Bazen çocukların özel bir içeceğe ihtiyacı olur. Bu içeceğin adı: „elektrolit-glikoz çözeltisi“. Doktorunuz size bu içecek için bir reçete verebilir. Daha sonra eczaneden alabilirsiniz. İçecek küçük toz paketler halinde gelir. Tozu su ile karıştırırsınız. Paketin üzerinde ne kadar su almanız gerektiği yazıyor. Ayrıca çocuğunuzun ne kadar içmesi gerektiği de yazıyor.

İçeceği kaşıkla da verebilirsiniz.

Birçok insan şöyle düşünür: İshal olduğunda tuzlu çubuklar yemeli ve kola içmelisin. Ya da: İshal olduğunuzda sadece biraz yağ yiyebilirsiniz. Ancak bu doğru değildir. Çocuğunuz her şeyi yiyebilir. Ayrıca çocuğunuz emzirmeye devam etmelisiniz.

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.

Ancak: Çok şekerli yemek ve içmek iyi değildir. Bu yüzden çocuğunuz limonata içmemelidir. Kola da içmemeli! Ve meyve suyu da yok. Su veya çay daha iyidir. Makarna, yulaf lapası, patates, ekmek ve peksimet yemek için iyidir.

İshal olan çocuğum ne zaman bir doktora görünmelidir?

Çocuğunuz ishal olduğunda çok fazla su ve tuz kaybeder. Bu tehlikeli olabilir.

Aşağıdaki durumlarda ishal şikayetiyle doktora gitmelisiniz:

- Çocuğunuz yedi aylıktan küçükse veya sekiz kilodan hafifse.
- Çocuğunuzun ateşi 39°C'nin üzerindeyse.
- Çocuğunuz normalden farklı davranıyorsa.
Örneğin:
 - » Çocuğunuz çok zayıf.
 - » Çocuğunuz çok sinirli.
 - » Çocuğunuz çok ağlıyor.
 - » Çocuğunuz normalden farklı şekilde ağlıyor.
 - » Çocuğunuz su içemiyor veya içmek istemiyor.
 - » Çocuğunuz çişini yapmıyor veya çok az yapıyor.

