

Diarrhoe

Ernährungstherapeutische Intervention

Definition

Eine Diarrhoe liegt vor, wenn folgende Kriterien zutreffen:

- ✓ Mehr als drei Stuhlentleerungen täglich
- ✓ Der Stuhl weist eine wässrig-breiige Konsistenz auf
- ✓ Das Stuhlgewicht beträgt mehr als 200 g täglich¹

Die Antibiotika-assoziierte Diarrhoe (AAD) ist eine besondere Form der Diarrhoe, die mit einer Antibiotika-Einnahme in Verbindung gebracht wird.

Sie kann bei der Einnahme aller Antibiotika auftreten, allerdings in unterschiedlichen Häufigkeiten: 10–25 % Amoxicillin-Clavulansäure, 5–10 % Ampicillin, 2–5 % Cephalosporine, Chinolone und Makrolide. Wichtig für die Diagnostik und Therapie der AAD ist die Abgrenzung zur Clostridium-difficile-Infektion.²

Ernährungstherapeutische Intervention mit löslichen Ballaststoffen

Die in duobiota® enthaltene Kombination aus Ballaststoffen fördert durch deren Fermentation im Kolon die Produktion von kurzkettigen Fettsäuren (Short Chain Fatty Acids – SCFA), die zu weiteren physiologischen Prozessen beitragen:

- ✓ Fermentierbare Ballaststoffe regulieren die Wassersekretion im Kolon.⁴
- ✓ Die rasche Resorption der kurzkettigen Fettsäuren ist an den Natriumchlorid- und Wasserhaushalt gekoppelt.³
- ✓ Durch die Entfernung von osmotisch aktiven Molekülen im Darm kommt es zu einem antidiarrhoeischen Effekt.³
- ✓ **Butyrat** dient als wichtiger Energielieferant der distalen Kolonmukosa.³
- ✓ Zusammen mit **Propionat** stimuliert Butyrat die physiologische Zellproliferation in den Kolonkrypten.³
- ✓ **Acetat** fördert durch Relaxation der Arteriolen die Durchblutung der Kolonmukosa.³

Therapieempfehlung

Erwachsene und Jugendliche ab 11 Jahren

	Morgens	Mittags	Abends
1. Tag	1 ML		
2. Tag	1 ML		1 ML
ab dem 3. Tag*	1 ML	1 ML	1 ML

* Maximale Tagesdosis: 5 Messlöffel (ML)

Kinder von 3 bis 10 Jahren

	Morgens	Mittags	Abends
1. Tag	1/2 ML		
2. Tag	1/2 ML		1/2 ML
3.–6. Tag	1 ML		1/2 ML
ab dem 7. Tag*	1 ML		1 ML

* Maximale Tagesdosis: 3 Messlöffel (ML)

Einen Messlöffel (rund 5 g duobiota® entsprechen 4 g an löslichen Ballaststoffen) in 200 ml Flüssigkeit oder 150 g weiche Speisen einrühren, bis sich duobiota® vollständig aufgelöst hat.

Empfohlene Einnahmedauer:
mindestens drei Wochen

INFOBOX

Wichtig: Die Ernährung und Gabe von löslichen Ballaststoffen hat höchst individualisiert zu erfolgen.

ERNÄHRUNGSMONITORING! Die aktuelle Empfehlung der Ballaststoffaufnahme liegt für Erwachsene bei mindestens 30 g pro Tag. Eine einschleichende schrittweise Erhöhung der Zufuhr laut Aufbauschema nach Bedarf bis auf die maximale Tagesdosis wird empfohlen. Bei Normalisierung der Stuhlentleerung und Stuhlkonsistenz (normale Stuhlentleerung: dreimal pro Tag bis dreimal pro Woche) ist eine weitere Steigerung an Messlöffeln nicht notwendig.

duobiota® ist zur dauerhaften Anwendung geeignet!

Kontraindikationen für duobiota®: Ileus, Dünndarmatonie, Akutes Abdomen, Peritonitis, akute Stoffwechsellage (z. B. akute Pankreatitis, Leberkoma), bei Unverträglichkeiten oder bekannten Allergien gegenüber einzelnen Inhaltsstoffen, in der Akutphase von chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa), bei vorhandener Kohlenhydratmalabsorption (bei Kurzdarmsyndrom), Kinder unter drei Jahren, Divertikelkrankheit/Divertikulitis.

Literatur

1. Lankisch P G, Mahlke R, Lübbers H, Lembcke B, Rösch W. Leitsymptom Diarrhö. Deutsches Ärzteblatt, Jg. 103, Heft 5, 3. Februar 2006
2. Giulieri S, Mombelli G. Antibiotika-assoziierte Diarrhoe. Schweiz Med Forum 2005;5:409-413. <http://www.medicalforum.ch/docs/smf/archiv/de/2005/2005-16/2005-16-459.pdf> (Stand: 20.02.2017)
3. Biesalski H K, Fürst P, Kasper H, Kluthe R, Pölerl W, Puchstein C, Stähelin H P. Ernährungsmedizin. Georg Thieme Verlag Stuttgart, 3. Auflage, 2014, S. 353
4. Whelan K, Schneider S M. Mechanismus, prevention, and management of diarrhea in enteral nutrition. Current Opinion in Gastroenterology, 2011, 27:152-159