

## PFLEGEINFORMATION zu Durchfall

### ALLGEMEINE EMPFEHLUNG

#### NOTIZEN:

- ✓ Trinken Sie reichlich, um den Flüssigkeitsverlust zu ersetzen, >2000ml/Tag.
- ✓ Bei Krämpfen sind feucht-heiße Bauchauflagen hilfreich (siehe Anleitung).
- ✓ Bitte informieren Sie bei Durchfall ihren Arzt.
- ✓ Nehmen Sie ggf. Imodium nach ärztlicher Anordnung.
- ✓ Nach Rücksprache können Sie auch Podophyllum D2 Globuli nutzen.

### DIÄTETISCHE MASSNAHMEN

#### NOTIZEN:

- ✓ Trinken Sie Tees, Wasser ohne Kohlensäure, keine reinen Fruchtsäfte. Schwarzer Tee wirkt stopfend bei einer Ziehzeit >5 Minuten. Fencheltee wirkt entkrampfend.
- ✓ Essen Sie möglichst leichte Kost, die fett-, milchzucker- und ballaststoffarm ist.
- ✓ Zu empfehlen sind viele kleine Mahlzeiten.
- ✓ Verzehren Sie Haferschleim- oder Reissuppen, Gries, Nudeln, Kartoffelbrei, Zwieback.
- ✓ Leicht verdauliches Gemüse, wie gekochte Möhren und Kartoffeln. Kein blähendes Gemüse, wie Kohl oder Zwiebeln.
- ✓ Tauschen Sie Vollkornbrot gegen Weißbrot aus.
- ✓ Wählen Sie geeignete Früchte wie Bananen oder geriebene Äpfel.
- ✓ Verzehren Sie dunkle Schokolade.

---

## HAUTPFLEGE

### NOTIZEN:

- ✓ Verwenden Sie keine Feuchttücher, diese können die Haut reizen. Benutzen Sie feuchte Einmalwaschlappen.
- ✓ Alternativ können Sie abgekühlten schwarzen Tee verwenden (ca. 10 Minuten ziehen lassen).  
Die Gerbstoffe können zusammen mit dem Eiweiß der Haut und Schleimhaut eine Schutzschicht aufbauen. Diese wirkt reizmildernd, abdichtend und entzündungshemmend.  
Zusätzlich können Sie die Gifte von Bakterien, die den Durchfall erzeugt haben, binden und unschädlich machen.
- ✓ Verwenden Sie keine Panthenol-Salbe, diese weicht die Haut eher auf. Stattdessen benutzen Sie eine Schutzcreme. Diese bildet einen Schutzfilm, schützt Ihre Haut vor Ausscheidungen und spendet trockener Haut Feuchtigkeit (z.B. von Coloplast®).

---

Bei Fragen und Problemen können Sie mit der Pflegeberatungsambulanz Kontakt aufnehmen.

MEDIZINISCHE HOCHSCHULE HANNOVER  
PFLEGEBERATUNGSAMBULANZ IN DER KLINIK FÜR HÄMATOLOGIE, HÄMOSTASEOLOGIE, ONKOLOGIE UND  
STAMMZELLTRANSPLANTATION

### **Christine Reichard**

Fachkraft für onkologische Pflege und Palliative Care

Gebäude K 01 – Ebene S0 – Raum 1131

Carl-Neuberg-Straße 1, 30625 Hannover

**Mobil: +49 (0)176-1532-3150**

Onkologische Ambulanz: 0511-532 3140

Zentrale Notaufnahme: 0511- 532 2097/2047