

## Akuter Durchfall

### Was ist «Durchfall»?

Natürlich gibt es Fälle, in denen man diese Frage gar nicht stellen muss: wenn man plötzlich x-mal am Tag auf die Toilette gehen muss und nur noch Wasser kommt, ist das Durchfall (medizinisch: «Diarrhö»). Aber: sowohl beim einzelnen Menschen wie auch beim Vergleich von Menschen untereinander, ist die Variation was normaler Stuhlgang ist sehr gross.

### Was ist die medizinische Definition von Durchfall («Diarrhö»)?

Von Durchfall spricht der Arzt, wenn man häufiger als dreimal pro Tag Stuhlgang hat und/oder die Stuhlzusammensetzung von fest oder weich zu flüssig gewechselt hat. Ein weiteres Kriterium ist die Stuhlmenge: bei mehr als 200 g Stuhl pro Tag geht der Arzt von «zu viel» Stuhl aus, egal ob er wässrig oder fest ist.

### Welches sind die häufigsten Ursachen für akuten Durchfall?

Bei der Suche nach der Ursache von akut auftretendem Durchfall spielen die äusseren Umstände eine grosse Rolle: Reisedurchfall (Traveller's diarrhea) hat ganz anderen Ursachen, als wenn akuter Durchfall zu Hause, in Mittel-Europa auftritt. In beiden Situationen spielen häufig Infektionen eine Rolle, allerdings mit unterschiedlichen Keimen. Bei der Reisediarrhöe ist weltweit gesehen der häufigste Keim der sogenannte «enterotoxische Escherichia coli (ETEC)».

### Was sind die Ursachen für einen akuten Durchfall, wenn man nicht auf Reisen ist?

Auch zu Hause in Mittel-Europa ist die häufigste Ursache für einen akuten Durchfall eine Infektion. Die akute Virus-Infektion zum Beispiel mit Norovirus oder Rotavirus, führt zu selbstlimitierten, d.h. nur wenige Tage dauerndem schweren Durchfall. Verdorbene Lebensmittel können Durchfall erzeugende Bakterien enthalten (E. coli, Salmonellen, Shigellen). Nach einer Antibiotikatherapie kann es zu einer Infektion mit einem Bakterium namens Clostridium difficile kommen. Infektionen mit Parasiten (Gardia intestinalis) können zuhause und auch auf Reisen zu einer zum Teil hartnäckigen Durchfallerkrankung führen.

### Welche nicht infektiöse Ursachen für eine akute Diarrhö gibt es?

Alle Ursachen, die bei der chronischen Durchfallerkrankung aufgelistet sind, können einmal akut auftretenden Durchfall verursachen (Reizdarmsyndrom, Milchzuckerunverträglichkeit (Laktoseintoleranz), entzündliche Darmerkrankungen (Morbus Crohn und Colitis

ulcerosa), Weizenunverträglichkeit (Zöliakie, Sprue), chronische Pankreatitis, Darmkrebs, Medikamente.

Andere Ursachen für nur kurzfristige Durchfallepisoden sind: zu viel Alkoholgenuss, zu viel Süsstoffkonsum, Genuss von zu viel Früchten (Fructose-Malabsorption), psychischer Stress, eine akute Blinddarmentzündung, um nur einige der Ursachen zu nennen.

### Wann muss ein Arzt konsultiert werden?

Für Erwachsene gilt, der Arzt muss konsultiert werden bei: Blut im Stuhl, Pech-schwarzem Stuhl (ebenfalls ein Hinweis auf Blut im Stuhl), dauerhafte, schwere Bauchschmerzen, Fieber, Zeichen von schweren Wasserverlust (Dehydratation) und wenn erst kürzlich eine Behandlung mit Antibiotika stattgefunden hat.

Bei Kindern, Insbesondere bei Babys und bei geschwächten erwachsenen Personen gelten diese Regeln nicht; sie sollten möglichst kurzfristig ärztlichen Rat einholen.

### Wie behandelt man akuten Durchfall?

Am wichtigsten ist der Ersatz von Flüssigkeit, vor allem, wenn neben Durchfall auch noch Erbrechen besteht. Zu empfehlen ist es, häufig kleine Mengen zu trinken. Idealerweise nimmt man dazu Flüssigkeit, die aus Wasser Salz und etwas Zucker bestehen zum Beispiel Fruchtsaft in Abwechslung mit Boullion.

Besonders wichtig ist der Flüssigkeitsersatz bei kleinen Kindern und Babys. Die ideale Flüssigkeit bekommt man in der Apotheke. Sie heisst orale Rehydrations Lösung (ORS).

### Sollen Medikamente gegen den akuten Durchfall eingenommen werden?

Am häufigsten wird dafür Loperamid verwendet. Loperamid kann helfen die Durchfall Episoden zu verringern. Die Behandlung ist aber nicht zwingend notwendig. Loperamid und andere durchfallhemmende Medikamente dürfen nicht verwendet werden, wenn Blut oder Schleim im Stuhl ist oder hohes Fieber bestehen. Dann muss der Arzt kontaktiert werden. Es wird nicht empfohlen Loperamid Kindern oder Babys zu geben.

### Sollen Antibiotika eingenommen werden?

Die Gabe von Antibiotika ist nicht empfohlen solange die Ursache des Durchfalls unbekannt ist. Antibiotika wirken ohnehin nicht bei Durchfall, der durch Viren ausgelöst wurde. Sie können selbst unangenehme Nebenwirkungen haben und sie sind weniger wirksam, wenn sie dann wirklich gebraucht werden. Antibiotika werden nur bei schwerem Durchfall und erst wenn der Keim identifiziert wurde eingesetzt. Eine Ausnahme besteht bei Patienten mit eingeschränktem Immunsystem.

---

Magendarmliga Schweiz  
Postfach 2705  
3001 Bern  
Tel. +41 31 301 25 21  
Fax. +41 31 301 25 80  
www.magendarmliga.ch

Schweizerische Gesellschaft  
für Gastroenterologie SGG/SSG  
www.sggssg.ch

Die Verfassung dieser Publikation und die Magendarmliga werden unterstützt von:

Alfasigma Schweiz AG	Permamed AG
Allergan AG	Reckitt Benckiser (Switzerland) AG
B. Brown Medical AG	RECORDATI AG
Desopharmex AG	Sandoz Pharmaceuticas AG
DR. FALK Pharma AG	Sanofi-Aventis (Schweiz) AG
Geberit International AG	Schwabe Pharma AG
Janssen-Cilag AG	Takeda Pharma AG
MOSITECH Medizintechnik AG	Vifor AG
Mylan Pharma GmbH (a Viatris company)	Zambon Schweiz AG
Norgine AG	Zur Rose Suisse AG
Olympus Schweiz AG	Stand August 2021