

Drittellösung - Elektrolytersatz bei Durchfall

Material

- 350 ml Schwarztee, mind. 10 min ziehen lassen
- 350 ml Orangensaft
- 300 ml Wasser/ Mineralwasser (still)
- 17,5 g Traubenzucker/ Glucose (ein gehäufter Esslöffel)
- 3 g Salz (1 gestrichener Teelöffel)

Dauer und Häufigkeit

- Dauer: über den Tag verteilt trinken
- Häufigkeit: mehrmals täglich möglich

Hinweise

- Bei Durchfall über 2x täglich.
Bei länger anhaltendem Durchfall ist eine ärztliche Abklärung notwendig.
- Nicht verwenden bei Nahrungskarenz
- Nicht verwenden bei Darmverschluss

Durchführung

- Schwarztee nach Anleitung kochen.
- Zucker und Salz einrühren.
- Orangensaft und Wasser dazugeben.
- Über den Tag verteilt trinken.