

TIERARZTPRAXIS HANSTEDT



■ DR. JOACHIM ERNST ■ DR. JÖRG KALING

Diät bei Erbrechen und/ oder Durchfall

1. 1-2 tages Fasten
2. 2 Tage: leicht gesalzene Schleimsuppen (z.B. Haferschleim) mit entfetteter Fleischbrühe
3. 5-6 Tage: Diät wie folgt

Eiweißquelle

gekochtes bitte nicht gebratenes Geflügelfleisch
oder gekochtes Kalbfleisch
oder gekochten Fisch
Quark oder Hüttenkäse (keine anderen Milchprodukte)

Plus Kohlenhydrate

Kartoffelbrei (mit Wasser angerührt)
oder Reis
oder Nudeln

4. nach 6 Tagen: 1 Teelöffel Weizenkleie untermischen

Weitere Diätrezepte könnten sein:

- Zwieback, Vollkornzwieback mit Tee oder dünner Brühe
- Vollkornreis mit gedünsteten Gemüse oder mit Speisequark
- Geflügel mit Karotten oder Kartoffeln
- eine kleine Menge Naturjoghurt, täglich, hilft dem Darm sich zu regenerieren

Als Getränk nur Wasser oder schwarzer Tee.

(20 Minuten ziehen lassen und mit etwas Wasser verdünnen.
Keine Milch!)

KEINE GEKAUFTEN PRODUKTE!

(Auch kein Leckerli!)