Eine Informations-Broschüre der:

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

Schweizerische Gesellschaft für Gastroenterologie SGG/SSG
Wattenwylweg 21
3006 Bern
T +41 31 332 41 10
F +41 31 332 41 12
www.sggssg.ch

Die Verfassung dieser Informationsbroschüre und die Magendarmliga wird unterstützt von:

AbbVie AG
ADMEDICS Advanced Medical Solutions AG
Alfasigma Schweiz AG
Amgen Switzerland AG
DesoMedical AG
Dr. Falk Pharma AG
Duomed Swiss AG
Jannsen-Cilag AG, a Johnson & Johnson company
Mositech AG
Norgine AG
Olympus Schweiz AG
Permamed AG
Sanofi-Aventis (Schweiz) AG
Schwabe Pharma AG
Viatris Pharma GmbH
Zambon Schweiz AG

Weitere Broschüren sind erhältlich unter:
www.magendarmliga.ch

Diese Broschüre wurde überreicht durch:

© Magendarmliga Schweiz, August 2026. Alle Rechte vorbehalten.

MAGEN DARM LIGA SCHWEIZ

Akuter Durchfall



Schweizerische Gesellschaft für Gastroenterologie
Société Suisse de Gastroentérologie
Società Svizzera di Gastroenterologia

Durchfall als akute Erkrankung

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.

Auch Antibiotika können zu Durchfall führen. Bei manchen Menschen regen sie die Darmbewegung an. Sie können auch zum Auftreten einer Darminfektion mit Clostridium difficile führen; das führt zu Durchfall, der erst nach dem Ende der Therapie auftreten kann.

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 Süssstoffkonsum, 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 Rehydratations 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 Probiotika bei der akuten Diarrhoe eingesetzt werden?
Verschiedene Probiotika wurden für die akute Diarrhoe eingesetzt, unter anderem Lactobacillen, Bifidobacterien, Saccharomyces und andere. Die wenigen wissenschaftlichen Daten sprechen durchaus für den Einsatz von Probiotika.

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.

Wirkstoff	Handelsname	Dosierung	Anwendung
Loperamid	Imodium® Loperamid Sandoz®	2 mg	1x 2 mg nach jeder Durchfallepisode, maximal 6mg/20 kg Körpergewicht oder insgesamt maximal 16 mg/Tag
Orale Rehdadations Lösung (ORS)	Elotrans® Normolytoral® Oralpädon®	Die Produkte enthalten unterschiedliche Mengen an Glucose, Natriumcitrat, Natriumchlorid und Kaliumchrlorid	Wird von jedem Hersteller altersabhängig angegeben
Probiotikum	Perenterol®	Kapseln mit 250 mg Saccharomyces boulardidii	Bis 2 g/Tag über mehrere Tage, bei akutem Durchfall, auch ausgelöst durch Antibiotika
Probiotikum	Bioflorin®	Kapseln mit 75 Mio Enterococcus faecium	3-6 Kapseln/Tag für 5-7 Tage