

# ■ Sie stellen Fragen – Experten liefern Antworten ■ Immer in Gesund&Fit

## Die große Experten-Sprechstunde

### Übelkeit, Erbrechen: Was tun bei Magen-Darm-Infekt?

**Frage:** *Mich plagt eine starke Übelkeit samt Erbrechen und Durchfall. Was könnte dahinterstecken und wie komme ich jetzt rasch wieder zu Kräften?*



**Dr. Diana Doppelbauer-Soares, Ärztin für Allgemeinmedizin, Wien ([diana.doppelbauer.at](mailto:diana.doppelbauer.at)):**

Virale Magen-Darm-Infekte gehen häufig mit Übelkeit und Durchfall einher. Oft treten die Symptome binnen kurzer Zeit auf und fesseln den Betroffenen einige Stunden an die Toilette. Die gu-



Magen-Darm-Infekte quälen aktuell viele.

te Nachricht: Das Schlimmste ist meistens binnen eines Tages wieder vorbei. Sehr wichtig ist es, auf die Flüssigkeitszufuhr zu achten. Dies betrifft besonders Kinder, die rasch zum Austrocknen neigen und in der Folge schwach und apathisch wirken. In diesem Fall soll schnell ärztliche Hilfe in Anspruch genommen werden, ebenso von jedem Betroffenen mit Fieber oder starken Bauchschmerzen, da hier auch andere Ursachen in Frage kommen können. Nach einem überstandenen Infekt empfehle ich noch für ein paar Tage Schonkost mit Suppen, Reis, Kartoffeln und viel Tee trinken!

### Beine kribbeln nachts: Restless-Legs-Syndrom?

**Frage:** *Ich verspüre abends im Bett ein unangenehmes Ziehen, Kribbeln in den Beinen und kann kaum schlafen. Woran könnte ich leiden, was kann ich dagegen tun?*



**Dr. Jasmin Kechvar, FÄ für Neurologie, OÄ am Evangelischen Krankenhaus Wien ([ekhwien.at](http://ekhwien.at)):** Ihre Beschwerden könnten auf das Restless-Legs-Syndrom, auf Polyneuropathie oder auf eine Durchblutungsstörung zurückgehen. Für einen klaren Befund sollten sie sich von einem Neurologen untersuchen



Schlafträuber: Kribbelnde Beine

lassen. Ein ausführliches Gespräch und eine gründliche neurologische Untersuchung, u.a. eine Messung der Nervenleitgeschwindigkeit, sollten – unterstützt durch Blutbefunde und Diagnostik der Wirbelsäule – Klarheit schaffen. Bestätigen sich die Beschwerden als Restless Legs Syndrom, kann man mit Medikamenten, wie Dopaminagonisten oder L-Dopa durchaus eine Linderung erzielen. Neue Behandlungen, etwa das tägliche Anbringen eines speziellen Pflasters, führen bei vielen ebenfalls zu einer Besserung. Setzt die Behandlung rasch ein, bekommt man die Krankheit insgesamt gut in den Griff.