

Ursachen für übermässige Flüssigkeitsausscheidung:

- | Erbrechen
- | Durchfall
- | starkes Schwitzen

Unterstützungsmöglichkeiten bei der Flüssigkeitszufuhr:

- | Strohhalm anbieten
- | Schnabelbecher
- | Zeit lassen
- | Gals nicht voll machen
- | Lieblingsgetränk

Getränk in Reichweite

Dehydration als Notfall:

- | Plötzliches auftreten von Verwirrtheit
- | Bewusstseinsstörung
- | Schwindel
- | Gleichgewichtsstörung
- | Tachykardie

Dehydration

à la

Salome König

-9-

-5-

Ursachen für ungenügende Flüssigkeitszufuhr:

- | kein Durstgefühl
- | Fieber
- | Durchfall, Erbrechen
- | ältere Menschen wollen sich nicht melden, wenn sie durst haben

-7-

-4-

Symptome Dehydration:

- | verstärktes Durstgefühl
- | verminderter Harnrang
- | dunkler Urin
- | Kopfschmerzen
- | Konzentrationschwierigkeit
- | leicht trockene Haut und Schleimhäute
- | Verstopfung
- | Hauturgor schwach
- | Appetitlosigkeit

www.minibooks.ch

-3-

Richtwerte Flüssigkeitszufuhr und Flüssigkeitsbilanz:

1,5-2,0 Liter Wasser por Tag bei Erwachsenen. Bei den Kindern ist es etwas weniger.

Die **Flüssigkeitsbilanz** dient der Sicherstellung einer ausgeglichenen Flüssigkeitszufuhr bei Patienten, deren physiologische Regulationsmechanismen - z.B. durch endokrine Störungen, Zirkulationsstörungen oder Nierenfunktionsstörungen - außer Kraft gesetzt sind.

-2-

Definition Durst:

Durst ist das physiologische Verlangen nach Flüssigkeitsaufnahme. Das Durstgefühl ist Teil der Triebsteuerung des Menschen und basiert auf komplexen Prozessen, die das Durstgefühl auslösen, das dann durch Trinken befriedigt bzw. gestillt werden kann.