



## **Kinder- und Jugendärztliche Gemeinschaftspraxis**

Dr. T. Eichler, Dr. C. Grobien-Siemssen, Dr. P. Kapaun, Dr. N. Matthaeeas, Dr. C. Schulz  
Hoheluftchaussee 36, 20253 Hamburg, Tel. 040-4210830 Fax 040-42108320

### **Anleitung zum Ausfüllen des Bauchschmerzkalenders:**

Der Bauchschmerzkalender wird in der Regel über vier Wochen geführt. Dabei werden zwei sogenannte Auslassversuche mit Vermeidung bestimmter Kohlenhydrate gemacht.

Wir bitten Sie, folgende Reihenfolge einzuhalten:

1. Woche: Normale Ernährung (wie gewohnt)
2. Woche: keine Milchprodukte, bzw. laktosefreie Produkte \*
3. Woche: Normale Ernährung (wie gewohnt)
4. Woche: keine Fructose/Sorbit \*\*

\* Bei einer Milchzucker - (Laktose) Unverträglichkeit gibt es große Unterschiede bezüglich der Menge an Laktose, die der Patient verträgt. Während des Auslassversuches sollte möglichst komplett laktosefrei ernährt werden. Achtung auch bei Gebäck, Soßen, Fertiggerichten usw.;

\*\* Auch bei einer Fructose- und Sorbit-Unverträglichkeit sind die Grenzen der Verträglichkeit von Patient zu Patient sehr verschieden. Während des Auslassversuches sollte möglichst Fructose- und Sorbit frei ernährt werden. Kein Obst, Obstsaft oder Trockenfrüchte (Ausnahme Banane), kein Haushaltszucker, Diabetikerzucker oder Zuckeralkohole (Sorbit E420, Mannit E421, Xylit E967, Isomalt E953, Laktit E966, Maltit E965);

Bitte bringen Sie den ausgefüllten Bauchschmerzkalender zu dem vereinbarten Termin mit in die Praxis.