



## WHO - TRINKLÖSUNG

Bei **Durchfall** und **Erbrechen** trinken, um den Flüssigkeits- und Salzverlust auszugleichen. Ein Erwachsener sollte von dieser Trinklösung im Erkrankungsfall etwa **drei** Liter pro Tag trinken, ein Kind etwa **einen** Liter.

Die WHO - Trinklösung lässt sich leicht selbst herstellen:

**1 Liter frisch gekochter schwarzer Tee (bei Kindern 2. Aufguss)**

- + 0,5 Liter Apfelsaft**
- + 1/2 Teelöffel Backpulver**
- + 1/2 Teelöffel Kochsalz**