



## Sådan laver du pulver mod diarré

Du kan selv lave et pulver, som modvirker svær diarré. Pulveret er en blanding af kalk og loppefrøskaller (også kaldet psylliumskaller). Du kan købe begge dele på apoteket.

Du kan også få udleveret en prøvepakning i Medicinsk Dagafsnit, så du kan prøve effekten, inden vi beslutter, om du skal fortsætte med behandlingen.

### SÅDAN GØR DU

#### Bland pulveret

Du kan selv blande pulveret med ingredienser købt på apoteket.

<b>Psyllium- eller loppefrøskaller</b>	5 gram	2 ½ tsk.
<b>Kalciumkarbonat let eller Kalciumhydrogenfosfat</b>	2 gram	1 tsk.
<b>I alt</b>		1 spiseske

#### Bland pulver i væske

Du kan bruge 1-2 spiseskefulde 2-3 gange dagligt afhængig af din afførings hyppighed og konsistens.

Bland pulveret i et glas vand eller en portion yoghurt eller tykmælk. Indtag blandingen umiddelbart efter du har lavet den, da den ellers begynder at stivne.

#### Drik rigeligt

Når du har indtaget blandingen, er det vigtigt, at du drikker rigeligt med væske, da det ellers har en alt for stoppende effekt.

### KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



#### Kontakt

**Medicinsk Dagafsnit Farsø**  
Tlf. 97 65 31 10  
Mandag – fredag 8.00 – 15.00