



Obstipation

Patienten und Besucher

LIEBE ELTERN,

Sie haben ihr Kind bei uns in der Notaufnahme mit einer Obstipation (Verstopfung) vorgestellt. Hiermit möchten wir Sie über dieses Krankheitsbild informieren.

Was ist eine Obstipation?

Normalerweise erfolgt der Stuhlabsatz von 1-3x täglich bis hinzu alle 2 Tage. Voll gestillte Säuglinge können auch nur einmal wöchentlich Stuhl absetzen. Bei einer Verstopfung kommt es zu seltenerem Stuhlgang und Bauchschmerzen. Es kommt zu einem Verbleib von Stuhl im Enddarm bei nicht ausreichender Entleerung. Ca. 7% der sechsjährigen Kinder sind in Deutschland von einer Obstipation betroffen. In 95% ergibt sich hierfür keine andere organische Ursache, wie angeborene Veränderungen des Darmes, neurologische oder endokrinologische Ursachen. Es liegt eine funktionelle Obstipation vor. Die Ursachen können vielfältig sein und

setzen sich aus genetischer Prädisposition, ballaststoffarmer Ernährung, geringer Trinkmenge, Bewegungsmangel, willkürlichem Stuhlverhalt oder perianalen Schmerzen unterschiedlicher Ursache zusammen. Oft beginnt alles mit einer Veränderung des gewohnten Tagesablaufes z.B. durch einen Urlaub, Einschulung, Krankheit, Umzug etc.

Was sind die Anzeichen einer Verstopfung?

- krampfartige Bauchschmerzen
- Absatz kleiner, fester Stuhlmengen
- Stuhlabsatz < 3x/Woche
- ausladender Bauch
- Blähungen
- Erbrechen
- Stuhlschmierer
- Gedeihstörungen



Wie wird eine Verstopfung behandelt?

Das Ziel ist es, eine tägliche schmerzfreie, vollständige Stuhlentleerung zu erreichen. Hierzu können Stuhlweichmacher (Macrogol bis 0,8g/kg/d) verordnet werden. Zusätzlich sollte ein Toilettentraining etabliert werden, wobei das Kind 2 x täglich nach den Hauptmahlzeiten die Toilette benutzen sollte. Außerdem ist eine Ernährungsumstellung mit ballaststoffreicher Ernährung und ausreichender Trinkmenge, sowie meiden verstopfender Nahrungsmittel wie Fast Food und Süßigkeiten anzustreben. Ebenso ist eine Lebensstiländerung mit viel Bewegung sinnvoll.

ANFAHRT



Desimpaktationsschema:

Macrogol (= Polyethylenglykol = PEG, z.B. Movicol mit ca. 13 g/Beutel) in steigender Dosis, zunächst 2 Beutel/ Tag, dann 3 Beutel/ Tag usw. bis maximal 7 Beutel/ Tag, bzw. bis der Stuhlgang stets flüssig ist

- diese Dosierung zwei Tage beibehalten (2 Tage Durchfall)
- dann Dosierung ein wenig reduzieren
- niedrigste Dosis, die zu mindestens einem breiigen Stuhlgang am Tag führt, für zwei Wochen beibehalten
- dann langsam (1/2 Beutel/Tag über 2-4 Woche) reduzieren und Therapie (erst nach Monaten) beenden
- im weiteren Verlauf bei ausbleibendem Stuhlgang für einen Tag, hartem Stuhlgang, schmerzhaftem Toilettengang, starkem Pressen, Rückhaltenmanövern, (Stuhlschmierer/Einkoten), starken Schwankungen der Menge, rasch Dosis steigern, bzw. erneut 2, ggf. 3 Beutel Macrogol am Tag verabreichen. Eine erfolgreiche Therapie dauert Monate, da sich der Darm erst wieder an die reguläre Bewegung gewöhnen muss.

Stuhlauflockernde Ernährung:

- Vollkornbrot
- Gemüse
- Obst, insbesondere roh und ungeschält
- Pellkartoffeln, Müsli, Vollkornnudeln, Naturreis
- Wasser, Tee, Saftschorlen

Verstopfende Nahrungsmittel:

- helles Brot
- Heidelbeeren
- Bananen
- gekochte Karotten
- hartgekochte Eier
- Süßigkeiten
- Limonaden
- Säfte
- Milch
- Kakao

Bitte melden Sie sich am Service Point im Eingangsbereich!



AKK Altonaer Kinderkrankenhaus gGmbH

Zentrale Notfallaufnahme
Bleickenallee 38
22763 Hamburg

Telefon: (040) 88908 - 400
info@kinderkrankenhaus.net
www.kinderkrankenhaus.net



Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

