



Forstoppelse (obstipasjon)

Bakgrunn:

Forstoppelse betyr plagsom forsinket eller hard avføring. Dette er en vanlig tilstand i barnealderen. Spedbarn som ernæres med morsmelk kan ha avføring ofte (etter hvert måltid) eller sjelden (intervaller på over en uke) men dette er ikke forstoppelse, så lenge barnet ikke virker å ha plager. Det er ikke uvanlig at spedbarn utvikler forstoppelse når de starter med fast føde eller får morsmelkerstatning. Barn som blir sengeliggende i forbindelse med annen sykdom eller barn med funksjonshemninger som beveger seg lite, kan ofte få plager med forstoppelse.

Årsaker:

De fleste barn med forstoppelse er ellers helt friske og det er svært sjelden sykdommer, forandringer i tarmen eller allergi som ligger bak barnets plager med forstoppelse. Dersom plagene begynner like etter fødsel eller er uttalte, uten å bli bedre med behandling, kan det bli nødvendig med utredning for å utelukke sykdom. Hard og stor avføring gir smerter og barn vil ofte "holde igjen" for å unngå smerter. Dette forverrer og kan vedlikeholde plagene til barnet (redsel for avføring).

Symptomer (sykdomstegn):

Magesmerter er ikke uvanlig og de fleste får ubehag og smerte ved avføring. Barn med forstoppelse kan også ha hyppig avføring men ofte små mengder med lekkasje (ufullstendig tømming). Dette kan føre til at barn som har sluttet med bleie igjen kan få uhell med avføring i trusen. Avføringen kan være blodig som følge av rifter, sår og hemoroider i endetarmsåpningen.

Behandling:

Hovedprinsippet er å regulere tarmen med bløtgjøring av avføringen. Behandling må pågå over tid, slik at barnet glemmer smertene ved avføring og slutter å "holde igjen". Barn med forstoppelse som har vart over uker til måneder må ofte behandles i minst 3-4 måneder, noen ganger lengre. Mindre barn som ernæres med morsmelkerstatning kan få maltekstrakt i melken og sviskesaft før annen behandling utprøves. Økt fiber i kosten (som råkost) og rikelig drikke(vann) kan lindre plagene.

Medisinsk behandling:

De vanligste medikamentene som brukes er Lactulose eller Duphalac. Disse består av store sukkermolekyler som ikke tas opp fra tarmen men som blir der, suger opp vann og gjør avføringen mykere. Man starter med 1 ml/kg per dag og mengden justeres gradvis, slik at barnet får daglig bløt avføring. Kan fordeles på flere doser. Behandling skal gis hver dag og ofte i minst 3-4 måneder. Dersom behandlingen avsluttes for tidlig vil ofte plagene komme tilbake.

Langvarig behandling gis i samarbeid med lege:

Medisinsk parafin (start med 1 ml/kg og dag), men brukes vanligvis ikke før barnet er over 2 år gammel

Movicol pulver løses i ett glass vann/væske. Hos barn under 5 år: start med ½ pose morgen og kveld. Til barn over > 5 år: 1 pose morgen og kveld. Dette er trygt å bruke over lang tid. Resept (100 pakninger) må man få hos legen.

Regelmessige toalettider (etter hovedmåltider), god tid på toalettet, god sittestilling, oppmuntring og premiering bør først startes når barnet er godt behandlet med bløtgjørende medikament.

Dersom det har gått lang tid siden siste avføring, kan det danne seg harde "propper" i endetarmen som kan være vanskelig å få ut. Det kan da være nødvendig med klystér i endetarmen. Dette kan gjøres i samarbeid med helsepersonell.