



Förstoppning

Information till föräldrar och anhöriga



Har du frågor, kontakta:

Kontakta oss via e-tjänster på www.1177.se

Telefon

SOS alarm vid akut sjukdom eller skada

Sjukvårdsrådgivningen

Giftinformationscentralen

112

1177

08-33 12 31



Vänd sida för
att läsa mer!

Övergripande om förstoppning

Vad är förstoppning

Förstoppning betyder att det tar för lång tid för maten att passera genom magtarmkanalen vilket leder till att tjocktarmen (framför allt ändtarmen) blir för full med avföring.

När allt fungerar som det ska känner man sig bajsnodig när ändtarmen fylls. Den signalen mattas av när man är förstoppad. Man tvingas utnyttja hela tjocktarmen – inklusive ändtarmen – som en lagerplats för avföring och vänjer sig av med att känna när ändtarmen är fylld.

Förstoppning är vanligt och orsakas dels av ärftliga faktorer, dels av kost- och levnadsvanor. I undantagsfall kan förstoppning bero på andra underliggande sjukdomar.

Vilka är symtomen på förstoppning?

Förstoppning kan ge många olika besvär, eller inga besvär alls – det är olika för olika barn. En del har bara symtom från magen, andra mest från urinblåsan.

Man kan vara förstoppad fast man har avföring varje dag och utan att avföringen är hård.

Symtom från mage och tarm

Avföringsinkontinens, stora mängder eller bara ”bromsspår” i underkläderna. Att få bråttom till toaletten och ha svårt att förutsäga när man behöver bajsas. Ont i magen som kommer och går, gärna efter maten. Illamående. Hård avföring. Smärtsamma tarmtömningar. Glesa tarmtömningar (varannan dag eller mer sällan).

Symtom från urinblåsa

Inkontinens eller täta trängningar. Upprepade urinvägsinfektioner.

Hur behandlas förstoppning?

Vid förstoppning behöver tarmen rensas med lavemang och sedan hållas igång med såväl milda laxeringsmedel som justering av mat-/toalettvanor för att tarmfunktionen ska normaliseras. Om man bara rensar ur tarmen hinner man inte lära sig att känna igen när ändtarmen blir fylld och blir då snart förstoppad igen. Behandlingen kan ta lång tid men är helt ofarlig.

Mediciner

- Klyx® 120 ml/240 ml (receptfri). Används tre till fem eftermiddagar i rad som behandlingsstart.
- Importal® bulkmedel i pulverform (receptfri) brukar inte vara svårt att få barnen att ta emot. En halv påse strös i mat eller dryck två gånger/dag. Används i minst en till två månader, gärna efter att man först rensat tarmen med minilavemang.
- Laktulos®/Laktipex®/Duphalac® och liknande receptfria medel fungerar på samma sätt som Importal.
- Movicol® och Forlax® fungerar också bra, men kräver recept.

Kost och livsstil

Drick mycket vätska, men inte mycket mjölk (högst 5 dl/dag). Varierad kost med fibrer (till exempel grönsaker och grovt bröd). Barnet bör inte sitta stilla för mycket. Kroppen skall vänjas vid regelbundna toalettvanor. Tarmen ska tömmas dagligen, och man måste ge sig tid att sitta i lugn och ro på toaletten! Toalettbesöken skall inte skjutas upp. Det är oerhört viktigt att man går direkt till toaletten när man blir nödig.

Observera att det brukar behövas laxeringsmedel för att få ordning på magen. Kost- och livsstilsråden är ett tillägg.

När bör man söka vård?

Vid återkommande besvär rekommenderas kontakt med vårdcentral eller BVC. Om barnet har mycket ont i magen, kräks alternativt har blod eller slem i avföringen bör man kontakta vård direkt.

För mer information

www.rikshandboken-bhv.se

www.1177.se

www.strama.se

www.uppsalabarnlakare.se



1177 Vårdguiden

Du hittar information och tjänster för din hälsa och vård på webbplatsen 1177.se. För sjukvårdsrådgivning ring 1177, öppet dygnet runt.



Kontakt Akademiska

Akademiska sjukhuset nås via:
Patientkontakt 018-611 30 33,
patientkontakt@akademiska.se
Växel 018-611 00 00
www.akademiska.se

www.akademiska.se