



Elterninformationen der DGKJ

MEIN KIND HAT BAUCH- SCHMERZEN

» WIE KOMMT ES ZU PLÖTZLICH
AUFTRETENDEN BAUCHSCHMERZEN?
» WAS SIND DIE URSACHEN FÜR STÄNDIG
WIEDERKEHRENDE BAUCHSCHMERZEN?



Bauchschmerzen gehören zu den häufigsten Beschwerden im Kindesalter. Meist sind Infekte oder Nahrungsunverträglichkeiten die Ursache. Auch die Reaktion des Körpers auf Aufregung, Angst oder freudige Erregung kann Bauchschmerzen auslösen. In den meisten Fällen verschwinden die Bauchschmerzen jedoch schnell wieder, denn der Verdauungsapparat Ihres Kindes ist jeden Tag mit neuen Herausforderungen konfrontiert und „übt“ noch.

WIE KOMMT ES ZU PLÖTZLICH AUFTRETENDEN (AKUTEN) BAUCHSCHMERZEN?

Bei **Säuglingen und Kleinkindern** ist die Ursache der Schmerzen oft schwierig festzustellen. Anzeichen sind Wimmern oder Schreien, Nahrungsverweigerung, Krümmen, Beine anziehen, Erbrechen oder Durchfall sowie starke Empfindlichkeit bei Berührung des Bauches. Dauern die Beschwerden an oder nehmen sogar zu, wirkt Ihr Kind still, teilnahmslos, krank und blass oder erbricht Galle (grün), hat Blut im Stuhl oder hohes Fieber, sollten Sie sofort Ihren Kinder- und Jugendarzt oder eine kinderärztliche Notfallambulanz aufsuchen.

Ältere Kinder können ihre Schmerzen meist gut beschreiben. Sind die Bauchschmerzen sehr stark, bzw. werden auch nach der Stuhlentleerung nicht besser, werden die Schmerzen im rechten Unterbauch oder an einer anderen Stelle fern vom Bauchnabelbereich beschrieben, und Sie erkennen keine Ursache wie z. B. eine Magen-Darm-Infektion, sollten Sie sofort Ihren Kinder- und Jugendarzt aufsuchen.

Mögliche Ursachen für akute Bauchschmerzen:

- Säuglingskolik, Magen-Darm-Infektion, andere Infektionen
- Verstopfung, Blinddarmentzündung, Darmverschluss, Darmentzündung
- Blasenentzündung, Nieren- oder Gallensteine, selten andere Ursachen

Geben Sie keine schmerzstillenden Zäpfchen, Tabletten oder Säfte ohne eine klare Diagnose Ihres Kinder- und Jugendarztes!

WAS SIND DIE URSACHEN FÜR STÄNDIG WIEDERKEHRENDE (CHRONISCHE) BAUCHSCHMERZEN?

Bei **Säuglingen** in den ersten 3–4 Lebensmonaten sind wiederkehrende Bauchschmerzen, die oft zu gleichen Tages- oder Nachtzeiten auftreten und zu heftigem Schreien führen, typisch für so genannte „Dreimonatskoliken“. Oft lindert vorsichtiges Massieren oder Streicheln des Bauches die Beschwerden. Sprechen Sie in jedem Fall Ihren Kinder- und Jugendarzt auf die wiederkehrenden Bauchschmerzen an, um andere Ursachen auszuschließen. (Siehe auch ‚DGKJ Elterninformationen‘ „Ist mein Kind ein Schreibaby?“ – Stichwort Dreimonatskolik.)

Bei **Klein- und Schulkindern** sollten wiederkehrende Bauchschmerzen zunächst aufmerksam beobachtet werden, wenn keine der nachfolgend genannten **Warnsymptome** vorliegen. Typischerweise werden die Bauchschmerzen im Bereich des Bauchnabels lokalisiert, treten nur tagsüber auf und gehen manchmal mit Blähungen sowie abwechselnd festem und dünnem Stuhlgang einher.

Bei **chronischen Bauchschmerzen ohne Warnsymptome** ist es möglich, dass eine **Verstopfung** die Ursache ist. Beobachten



Sie den Stuhlgang Ihres Kindes. Wenn Ihr Kind zu selten oder harten Stuhl entleert, geben Sie ihm Vollkornprodukte, Obst und Gemüse. Wenn diese Maßnahmen nicht ausreichen, sprechen Sie bitte mit Ihrem Kinder- und Jugendarzt. Er wird Ihnen ggf. ein stuhlweichmachendes Medikament verschreiben.
(Siehe auch ‚DGKJ Elterninformationen‘ „Mein Kind hat Verstopfung“.)

Sie sollten unbedingt Ihren Kinder- und Jugendarzt aufsuchen, wenn Sie folgende Warnsymptome bei Ihrem Kind feststellen:

- Wiederkehrende Bauchschmerzen an derselben Stelle fern vom Bauchnabel
- Nächtliches Aufwachen wegen Bauchschmerzen
- Kolikartige Bauchschmerzen, wellenförmig, mit Schweißausbruch
- Beschwerden beim Wasserlassen
- Anhaltende oder häufige Durchfälle über eine Dauer von mehr als 4 Wochen
- Blut im Stuhl, wiederholtes Erbrechen, Blutfäden oder grüner Gallensaft im Erbrochenen, Bluterbrechen
- Deutliche Gewichtsabnahme, fehlende Gewichtszunahme oder Wachstumsstillstand
- Wiederkehrendes Fieber

Mögliche Ursachen für chronische Bauchschmerzen mit Warnsymptomen:

- Chronische Darmerkrankungen (z.B. Darmentzündungen, Zöliakie [Glutenunverträglichkeit], Nahrungsmittelallergie, Darmverengung), Magenschleimhautentzündung, Magengeschwür
- Harnwegsinfektionen, Nierenfehlbildungen, Nierensteine, Gallensteine
- Bauchspeicheldrüsenentzündung, andere seltene Erkrankungen im Bauchraum

HAT MEIN KIND EINE ZUCKERUNVERTRÄGLICHKEIT?

Manche Kinder, besonders Kleinkinder, reagieren auf **Fruchtzucker** (Fruktose in Obst und Säften, besonders Apfel- und Birnensaft) oder **Sorbit** (ein Zuckeraustauschstoff) mit Bauchschmerzen und Blähungen. Ab dem Schulalter muss bei jedem 5. Kind mit einer **Empfindlichkeit für Milchzucker** (Laktose) gerechnet werden, vor allem bei Familien aus Asien und Südeuropa. Bei **Milchzuckerunverträglichkeit** (Laktoseintoleranz) werden herkömmlicher Joghurt und Käse sowie spezielle laktosearme Milchprodukte und Sojamilch gut vertragen.

Einen Zusammenhang zwischen einer möglichen Unverträglichkeit und den Beschwerden können Sie ermitteln, indem Sie das betreffende Lebensmittel für 1–2 Wochen aus dem Speiseplan Ihres Kindes streichen und die Veränderung beobachten.

HAT MEIN KIND EINEN REIZDARM?

Wenn weder Verstopfungsneigung noch eine der genannten Zuckerunverträglichkeiten vorliegt, Ihr Kind immer wieder leichte bis mittelstarke Bauchschmerzen im Bereich des Bauchnabels hat, ansonsten gesund wirkt und auch keine Warnsymptome vorliegen, leidet Ihr Kind möglicherweise an einem Reizdarm-Syndrom. Die Bauchschmerzen entstehen durch eine Überempfindlichkeit der Schmerznerven im Darm. Bei Stresssituationen wie Aufregung, Angst, Ärger, aber auch freudiger Erregung werden die Darmbewegungen verstärkt. Die Kinder erleben das als Bauchschmerzen, gelegentlich bekommen sie auch



weichen Stuhl. Sie helfen Ihrem Kind, indem Sie eventuell vorhandenen Leistungsdruck reduzieren, aber den Beschwerden sonst nicht viel Beachtung schenken, sondern das Kind beruhigen und ablenken. Eine Diät hilft in der Regel nicht und kann Ihr Kind zusätzlich belasten.

Die gesamten Ausgaben der „Elterninformationen der DGKJ“ zu Gesundheitsproblemen von Kindern und Jugendlichen erhalten Sie bei Ihrem Kinder- und Jugendarzt oder als Download unter der Internetadresse www.dgkj.de (Rubrik „Eltern“).

IMPRESSUM

Erstellt im Auftrag der
Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. (DGKJ)
Chausseestraße 128/129, 10115 Berlin
www.dgkj.de

von der
Gesellschaft für Pädiatrische Gastroenterologie und Ernährung e.V. (GPGE)
(Dr. Antje Ballauff, Essen,
Prof. Dr. Sibylle Koletzko, München)

in Zusammenarbeit mit dem
Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte e.V. (BVKJ)

