

Zaparcia u niemowląt

Nasza prawie czteromiesięczna córeczka od urodzenia jest karmiona wyłącznie piersią. Niczym jej nie dopajaliśmy. Przez półtora miesiąca cierpiała na kolki, a kiedy one ustały rozpoczęły się problemy z wypróżnieniami - nagle i niespodziewanie. Kiedy Ani dokuczały kolki, wypróżniała się kilka razy dziennie. Gdy kolki ustały, w ogóle przestała sama się wypróżniać. Próbowaliśmy podawać jej przed karmieniem przegotowaną wodę, syrop Rhelax - bez skutku. Również zastosowanie czopków glicerynowych nic nie dało. Gdy po 1 - 2 dniach, zaniepokojeni brakiem reakcji, wywoływaliśmy wypróżnienie cewnikiem w masach kałowych odnajdywaliśmy nierozpuszczony cały czopek. Jedyną pomocą jest cewnik, który zmuszeni jesteśmy stosować co 5 - 6 dni, czekając zawsze z nadzieją, że może Ani sama się wypróżni. Ten stan utrzymuje się od około dwóch miesięcy. Jaka jest tego przyczyna? Jak możemy pomóc naszej córeczce?

Stolce nowo narodzonego dziecka są czarne, smoliste, gęste, stąd zwane są smółką. Noworodek przez pierwsze doby siusia niewiele - moczy 1-2 pieluszki (zdarza się, że wcale), ale powinien oddawać kilka stolców dziennie (minimum dwa), tak żeby około trzeciej doby pozbyć się całej smółki. Następne wypróżnienia, zwane przejściowymi są luźniejsze i brunatne. Kolejne stolce są żółtawe, prawie półpłynne, z białawymi grudkami, zieleniejące na powietrzu. Takich stolców jest często dużo, mniej więcej tyle ile karmień. Bywają noworodki oddające tylko dwa obfite stolce na dobę i też jest to prawidłowe. Zdarzają się jednak noworodki mające rzadszy rytm wypróżnień. Ponieważ może to wskazywać na niedobór pożywienia, należy w takim przypadku sprawdzić, jak dziecko przybiera na wadze. Jeśli jest zdrowe, zadowolone i ma dobry przybytek masy, można nic nie robić, tylko cieszyć się, że mamy mniejszy problem z praniem pieluch.

Jeśli dziecko gorzej przybiera na wadze (to znaczy poniżej 125 g na tydzień), może mieć objawy związane z maksymalnym wykorzystaniem spożytego pokarmu, czyli rzadkie wypróżnienia. Wtedy należy pomyśleć o zwiększeniu laktacji lub o rozszerzeniu diety, na przykład o kleik ryżowy na wywarze z jarzyn czy o zupkę jarzynową.

Około 6 - 8 tygodnia zmienia się rytm wypróżnień dziecka i liczba stolców maleje. W tym czasie może zdarzyć się kilka dni zupełnie bez stolca, po czym dziecko ustala swój rytm wypróżnień raz na dzień, raz na 2 - 3 dni czy inny. Nawet stolec po pięciu dniach przerwy jest luźny, papkowaty. Bywa, że ten nowy rytm to nawet raz na 7 - 10 dni. Jeśli stolec jest papkowaty i luźny, to wszystko w porządku, ponieważ zaparcie to stan, w którym dziecko oddaje rzadziej niż dotychczas stolec twardy, zbity i wyschnięty. Przyczyn takiego stanu należy szukać z pomocą lekarza. Czasem prawdziwe zaparcie związane jest z przedawkowaniem witaminy D3, czasem z jakąś anomalią jelitową (mniej groźną, bo te groźne ujawniłyby się, i to burzliwie, już wcześniej).

Nie należy prowokować stolców termometrem czy cewnikiem (można uszkodzić śluzówkę odbytu) ani czopkami, ponieważ działanie takie może spowodować zaparcia nawykowe. Organizm dziecka będzie czekał, aż odbytnica zostanie podrażniona do skurczu. Jeśli, jak piszą rodzice Ani, cewnik używany jest już od około dwóch miesięcy, to jest to wystarczający okres, by małeństwo miało takie właśnie nawykowe zaparcia.

Jeżeli natomiast dziecko dobrze przybiera na wadze i stolce są luźne, a jedynie oddawane są rzadko i powodują dolegliwości u dziecka (napięcie, niepokój, prężenie się), to można spróbować pomóc poprzez zmianę diety matki: więcej błonnika, otręby, ewentualnie pite przez mamę ziółka przeczyszczające w niewielkich ilościach. Można także podać takiemu małemu dziecku łyżeczkę przetartego jabłka lub wywaru z suszonych śliwek lub z jarzyn - najpierw raz dziennie, a jeśli nie ma efektu, to 2 - 3 razy dziennie.

W ogóle w przypadku problemów "brzuchowych" u dzieci powyżej szóstego tygodnia - należy zwrócić uwagę na dietę matki i rozważyć możliwość nadwrażliwości czy nawet reakcji alergicznej organizmu dziecka na niektóre jej składniki.

Dzieci karmione piersią nie zawsze oddają stolce regularnie, ale jeśli są zdrowe i aktywne, nie należy przywiązywać do tego zbyt dużej wagi, bo możemy więcej zaszkodzić niż pomóc. Pamiętajmy jednak, że gdy zastosowanie się do ogólnych porad (takich jak powyższe) nie daje efektu, wtedy trzeba uciec się do pomocy mądrego pediatry. Magdalena Nehring - Gugulska