

## Liebe Eltern,

Von einer Verstopfung (Obstipation) spricht man, wenn mindestens 2 der folgende Symptome bei Ihrem Kind vorliegen:

- Schmerzhafter oder harter Stuhlgang
- Weniger als 3 Stuhlentleerungen pro Woche (Ausnahme sind voll gestillte Säuglinge)
- Einhalten des Stuhls (Rückhaltenmanöver)
- gelegentliche Entleerung großer Stuhlmassen
- mehr als einmal wöchentlich Stuhlschmierer in der Unterwäsche

*Bestehen mindestens 2 dieser Symptome länger als 2 Monate spricht man von **chronischer Verstopfung**. Die möglichen Ursachen der Obstipation sind vielfältig, in den seltensten Fällen jedoch körperlich bedingt.*

## Therapie:

Ziel der Behandlung ist eine regelmäßige, komplette und schmerzfreie Stuhlentleerung.

Zu Beginn sollten die angestauten Stuhlmassen durch die Einnahme von wirkstoffhaltigen Trinklösungen entleert werden. Danach schließt sich die stuhlweichmachende Therapie an, die unbedingt einen längeren Zeitraum durchgeführt werden soll...mehrere Monate!

Dann normalisiert sich das Darmvolumen, das durch die Stuhlanammlung zuvor stark vergrößert wurde.

Der Wirkstoff „**Macrogol**“ ist sehr effektiv und in verschiedenen Geschmacksrichtungen erhältlich.

Er wird nicht vom Darm aufgenommen, sondern verbleibt dort und bindet Wasser, wodurch der Stuhl weich wird.

Etwas weniger wirksam, aber auch geeignet ist die „**Laktulose**“.

Mit der täglichen Gabe von Macrogol soll der Stuhl so weich sein wie Apfelmus, die Dosisanpassung besprechen Sie mit uns zusammen.

Eine Therapiebeendigung sollte langsam geschehen, auch das besprechen wir gemeinsam.

## Und sonst?

**Ausreichende Trinkmenge, regelmäßige Bewegung und ballaststoffreiche Ernährung wie beispielsweise Vollkornprodukte unterstützen die Behandlung... sind aber nur eine Ergänzung!**

*Wir wünschen viel Erfolg!*

