



Verstopfung oder SOS (suboptimale Stuhlentleerung)

Wenn **2 der folgenden Kriterien** erfüllt sind:

- weniger als 3 Stuhlentleerungen / Wo
- mehr als eine Episode / Wo mit Stuhlschmierern in der Unterhose
- Stuhlmassen im linken Unterbauch tastbar (der in der Ultraschalluntersuchung nachweisbar ist)
- Rückhaltemanöver
- Schmerzhafter oder harter Stuhlgang (z.T. auch frische Blutspuren als Zeichen einer Verletzung bei Entleerung)

Gründe:

Einführung der Beikost (Veränderung der Stuhlkonsistenz)

Zu viel Milchkonsum (*Casein= ein Milcheiweiß hat Morphinrezeptorwirkung und macht eine Darmträgheit*)

Zu wenig Bewegung

Vermeiden von Stuhlentleerung mit Rückhaltemanövern (*Nach schmerzhafter Entleerung*)

Zu wenig Zeit im Alltag für den Toilettengang

Alles führt letztlich zu einem Aufstau der Stuhlmassen und zu einer Überdehnung der Muskulatur im Enddarm. Dann kann das Kind trotz hoher Anstrengung beim Drücken nicht entleeren und flüssiger Stuhlgang kann unkontrolliert austreten!!

Was Tun?

Die Stuhlentleerung muss wieder antrainiert werden:

Stuhltraining (ab 4. Jahre mgl.): nach jeder Hauptmahlzeit Toilettengang
(Kindergartenkinder 5 min-Sitzung, Schulkinder 10 min-Sitzung)

Stuhlprotokoll, Verstärkungs- und Belohnungssystem

Besprechen des Stuhlprotokolls

Der **Stau** / Stuhlpfropfen muss **raus**

Dies gelingt über abführende Maßnahmen (besser mit einzunehmenden Substanzen als einzuführenden Klistieren)

Der Stuhlgang muss dann so weich sein, dass das Kind ohne große Mühe Stuhlgang entleeren kann

Wie lange dauert eine Therapie: mind. so lange wie die Symptomatik sich entwickelt hat (das können **Wochen bis Monate**, in einzelnen Fällen auch **Jahre** sein)

Ziel: 5x/Wo Stuhlgang , keine Rückhaltemanöver

Welche **Medikamente** in welcher Dosierung

Macrogol (entweder **Movicol** oder **Kinderlax**)

Stauauflösung: 3-6 Tage 1-1,5 mg / kg KG

Erhaltungstherapie 0,4g/ kg KG als Start, dann Dosisanpassung je nach Erreichen des Ziels!!

Nie voreilig und auf eigene Faust absetzen

Hilfreiche Internetseite und Video:

www.gpge.de „ The Poo in You“

Eine weitere Diagnostik, wie z. B: Blutuntersuchung ist dann nötig wenn nach 3-4 Monaten durchgeführter Therapie keine Besserung eintritt