

Förstoppning hos barn börjar vanligen vid två till fyra års ålder, men den kan börja redan under det första levnadsåret. Förstoppning hos barn är oftast funktionell, det förekommer alltså inte någon organisk sjukdom. Ofta finns inte någon klar orsak till förstoppningen.

SYMPTOM

Redan ett av de nedan uppräknade symtomen uppfyller definitionen på förstoppning om de är utpräglade:

- tarmen töms mera sällan än var tredje dag
- avföringen är hård och stor
- förekomst av överflödesdiarré (lös avföring rinner förbi den hårda avföringsklumpen i ändtarmen)
- tarmtömningen tar länge och är smärtsam för barnet



NÄR ÄR DET SKÄL ATT UPPSÖKA LÄKARE

- förekomst av ofrivillig tarmtömning (enkopres)
- förstoppning i en månad hos ett barn under fyra år
- förstoppning i två månader hos ett barn över fyra år
- egenvård hjälper inte tillräckligt

FÖRÄNDRING AV LEVNADSVANORNA ÄR DEN VIKTIGASTE EGENVÅRDEN

Grunderna för behandling av förstoppning är fiberhaltig kost, tillräckligt intag av vätska, tillräcklig motion och regelbunden tarmtömning. Om det krävs läkemedelsbehandling för barnets förstoppning rekommenderas i första hand makrogol. Alternativt kan laktulos eller kostfiber användas för barn. Målet med läkemedelsbehandlingen är att avföringen är mjuk. Läkemedlet kan ges under flera veckor så att barnet till exempel har en ganska lös avföring per dag. Behandlingen av svår förstoppning inleds med lavemang.

OBSERVERA

Hos spädbarn (baby yngre än tolv månader) kan tarmen också normalt fungera bara en gång i veckan. Detta kräver inga åtgärder om babyn inte har några symtom och äter normalt. I annat fall bör spädbarn hänvisas till läkare eller rådgivning för bedömning av vårdbehovet.

MERA INFORMATION OM ÄMNET

Terveyskirjasto: [Ummetus lapsella](#) (på finska) och [Ummetus ja tuhriminen](#) (på finska)

LÄKEMEDEL	LÄKEMEDELSFORM	DOSERING (MAXIMIDOS/DYGN)	OBSERVERA
Makrogol (PEG)	Pulver för orallösning	Dosen varierar enligt preparat och ålder. Det finns skillnader mellan olika preparat gällande åldersbegräsningar och hur preparatet löses i vatten. Kontrollera rätt dos på förpackningen eller med en sakkunnig person.	I högst två veckor. Tillräckligt vätskeintag. Speciella föreskrifter för en propp av avföring.
Laktulos	Orallösning	Dosen varierar enligt preparat och ålder. Åldersbegränsningarna varierar mellan olika preparat. Kontrollera rätt dos på förpackningen eller med en sakkunnig person.	En engångsdos på morgonen. Tillräckligt vätskeintag.
	Pulver	För barn under ett år: högst 3 g för barn mellan 1 och 6 år: 3 – 7 g för barn mellan 7 och 14 år: 10 g	Tas med sked eller hålls direkt på tungan. En engångsdos på morgonen eller fördelat på två gånger. Tillräckligt vätskeintag.
Fiberpreparat (ispaghula/psyllium)	Granularform	Dosen varierar enligt preparat och ålder. Kontrollera rätt dos på förpackningen eller med en sakkunnig person.	Tas minst en timme innan läggdags. Man bör dricka tillräckligt (minst 110 ml alltså ungefär ett glas) per dos. Om andra läkemedel används bör det gå minst en timme mellan att man tar läkemedel och fiberpreparat.
Andra läkemedel som används för behandling av förstoppning hos barn finns i rekommendationens tabell Läkemedel och doser som används vid egenbehandling av förstoppning hos barn (på finska).			