

GDY MALUSZKA BOLI BRZUSZEK

Płacz to jedyna forma komunikacji między niemowlęciem, a rodzicami i światem - jest niezbędnym elementem rozwoju każdego dziecka. Większość dzieci płacze, niektóre płaczą mniej, inne więcej, mogą być mniej lub bardziej wrażliwe na rozmaite bodźce z otaczającego świata. Niewyjaśniony, napadowy, trudny do ukojenia płacz, który bywa utrapieniem i zmorą świeżo upieczonych rodziców może być spowodowany kolką niemowlęcą. Nie jest to jednostka chorobowa, lecz zaburzenie o nieznaną etiologię powodujące dyskomfort dziecka oraz rodzica. [NIEMOWLĘ DOTKNIĘTE TĄ PRZYPADŁOŚCIĄ PRĘŻY SIĘ, ZACISKA PIĄSTKI, PODKURCZA NÓŻKI, A JEGO BRZUSZEK MOŻE SIĘ POWIĘKSZAĆ I TWARDNIEĆ](#). Dla rodziców każdy niepokój dziecka, który występuje u niego pomimo zaspokojenia wszystkich pierwotnych potrzeb budzi stres i poczucie winy. Napadowy płacz zgodnie z tzw. „regułą trzech” pojawia się u zdrowego dziecka, co najmniej trzy godziny dziennie (łącznie), najczęściej porą popołudniowo-wieczorną, co najmniej trzy razy w tygodniu i trwa minimum trzy tygodnie. Początek kolki to drugi, trzeci tydzień życia malucha, szczyt występowania to szósty tydzień, natomiast koniec około trzeciego do piątego miesiąca życia.

KOLKA - CO TO TAKIEGO?

Słowo kolka pochodzi od greckiego słowa kolikos, czyli „z jelita”. Pomimo 40 lat badań lekarze ciągle nie wiedzą, jakie przyczyny powodują kolkę u właściwie zdrowego malca. Najczęściej problemy natury gastrycznej definiują tę uciążliwość. Objawy kolki mogą występować w przebiegu: patologicznego refluksu żołądkowo-przełykowego, alergii na białka mleka krowiego czy nietolerancji laktozy. Dodatkowo bierze się pod uwagę czynniki biologiczne, a więc niedojrzałość układu pokarmowego, niedojrzałość układu nerwowego i problemy związane z karmieniem (nieprawidłowa technika, przekarmianie, niedożywienie itd.). Kolejny ważny aspekt kolki to problemy

psychologiczne, a więc niewłaściwe interakcje na linii opiekun - dziecko. Stres rodziców udziela się niemowlęciu i spirala złych emocji nakręca się. Zawsze należy spojrzeć z dystansem na sytuację, wyciszyć się i z nowym nastawieniem zacząć działać.



JAK POMÓC MALUSZKOWI?

Przede wszystkim, aby ulżyć cierpiącemu dziecku trzeba sprawdzić, czy nie jest ono przegrzane, odpowiednio wywietrzyć pokój w którym śpi, nie narażać maluszka na szkodliwy dym papierosowy, hałas, ostre światło i nadmiar gości. Skutecznym sposobem, aby pomóc dziecku cierpiącemu na kolkę jest ogrzanie mu

brzuska ciepłym ręcznikiem, pieluszką tetrową przeprasowaną ciepłym żelazkiem bądź dostępnym w aptece okładem typu cold - hot przyłożonym na ubranko. Równie kojąco może zadziałać ciepła kąpiel (jednakże cały brzusek powinien być zanurzony w wodzie) lub położenie dziecka na własnym brzuchu, kontakt skóra do skóry pozwoli mu zaspokoić zarówno potrzebę blisko-

ści i bezpieczeństwa jak i pozbyć się nadmiaru gazów. **NIGDY NIE ZOSTAWIAJ PŁACZĄCEGO DZIECKA TO ŻELAZNA ZASADA! KIEDY JEST NIESPOKOJNE I INTENSYWNIE PŁACZE MOŻESZ OTULIĆ JE W BECIK, ROŻEK LUB KOCYK, CO POZWOLI MU ODPRĘŻYĆ SIĘ I POCZUĆ BLIŃSKOŚĆ Z OKRESU PRENATALNEGO.** Noś i kołysz swoje dziecko zawsze, kiedy czujesz, że tego po- >>





trzebuje. Nie bez powodu o pierwszych trzech miesiącach życia dziecka, mówi się że jest to czwarty trymestr ciąży i okres najbardziej dynamicznych zmian rozwojowych. Dziecko, które przez dziewięć miesięcy było rytmicznie kołysane i bujane w brzuchu mamy

w dalszym ciągu potrzebuje tych samych bodźców, aby móc się uspokoić i wyciszyć. Pamiętaj aby też nadmiernie nie przemęczyć dziecka w ciągu dnia. Pozytywny wpływ może mieć również tzw. biały szum, czyli monotony dźwięk odkurzacza czy suszarki.

RZYDATNY MOŻE OKAZAĆ SIĘ RÓWNIEŻ MASAŻ ANTYKOLKOWY. DELIKATNIE, ZGODNIE Z RUCHEM WSKAZÓWEK ZEGARA MASUJ BRZUSZEK NIEMOWLĘCIA. LEWĄ DŁONIĄ ZASTOSUJ RUCHY OKRĘŻNE (TZW. SŁOŃCE), PRAWĄ NATOMIAST RUCHY OD ZEWNĄTRZ DO ŚRODKA BRZUSZKA



– PÓŁOKRĘGI (TZW. KSIĘŻYC). WARTO RÓWNIEŻ LEKKO PRZYCIŚKAĆ ZGIĘTE NÓŻKI DO BRZUSZKA, CO POZWOLI POZBYĆ SIĘ NADMIARU GAZÓW, POWODUJĄCYCH WZDĘCIA BRZUSZKA.

Rozpoznanie kolki, gdy rodzicielska intuicja zawodzi należy przekazać

lekarzowi rodzinnemu lub pediatrze. Zwłaszcza, gdy do objawów wyżej wymienionych dojdą inne niepokojące dolegliwości np. gorączka, wymioty, biegunka czy podejrzenie zapalenia ucha środkowego. Z powodu mnogości przyczyn dotyczących tej dolegliwości nie ma jednego, pewnego i skutecznego leku likwidującego całkowicie problem kolki u niemowląt. Celem podejmowanych działań może być jedynie zmniejszenie jej nasilenia. Wśród preparatów pomocnych zmniejszających napięcie powierzchniowe pęcherzyków gazu w jelitach wymienić można preparaty zawierające w swym składzie substancję symetykon, ziołowe preparaty spazmolityczne (rozkurczowe) jak koper włoski, mięta, rumianek. Istotne mogą okazać się prebiotyki (oligosacharydy obecne w mleku kobiecym) i suplementacja probiotykami, gdyż w przypadku wzdęć i zaparć towarzyszących kolce nie wyklucza się zachwiania flory bakteryjnej jelit. W przypadku karmienia mlekiem modyfikowanym w leczeniu kolki potwierdzono skuteczność mleka modyfikowanego HA z dodatkiem prebiotyków oraz obniżoną zawartością laktozy.

U podłoża kolki jelitowej leży wiele różnorodnych czynników stąd też do każdego dziecka należy podejść indywidualnie i pamiętać, iż kolka jest zjawiskiem przejściowym, które najczęściej mija samoistnie, a objawy ustępują wraz z wiekiem dziecka. Należy również pamiętać, iż pod maską kolki niemowlęcej mogą się kryć różne inne choroby, które objawiają się bólem brzucha i które można pomylić z innymi jednostkami chorobowymi dlatego zawsze warto udać się do pediatry lub lekarza rodzinnego.

ANASTAZJA KITLIŃSKA

Pracownik Apteki



Bionorica®

Zapalenie oskrzeli?
Męczący kaszel?

Bronchipret® TE

NOWOŚĆ!



**Naturalnie
w zapaleniu oskrzeli^{2,3}**

Bronchipret TE, syrop 100 g syropu zawiera: *Thymi herbae extractum fluidum* (wyciąg płynny z ziela tymianku); (DER: 1:2-2,5; rozpuszczalnik ekstrakcyjny: amoniak 10% (m/m), glicerol 85% , etanol 90% [V/V]; woda oczyszczona (1:20:70:109)) 15,0 g *Hederae helix folii extractum fluidum* (wyciąg płynny z liści bluszczu pospolitego) (DER: 1:1; rozpuszczalnik ekstrakcyjny: etanol 70% [V/V]) 1,5 g. Produkt leczniczy zawiera 7% [V/V] alkoholu. **Postać farmaceutyczna:** Syrop **Wskazania do stosowania:** Produkt leczniczy roślinny stosowany w objawach kaszlu z zalegającą wydzieliną, w łagodnych do umiarkowanych infekcjach i stanach zapalnych dróg oddechowych, takich jak ostre zapalenie oskrzeli. **Przeciwwskazania:** Nadwrażliwość na substancje czynne oraz na inne rośliny z rodziny jasnotowatych (*Lamiaceae*) oraz araliowatych (*Araliaceae*), brzoze, bylicie pospolitą, seler, lub na którąkolwiek substancję pomocniczą **Podmiot odpowiedzialny:** Bionorica SE, 92308 Neumarkt, Niemcy. **Informacji o leku udziela:** Bionorica Polska Sp. z o.o., ul. Leszno 14, 01-192 Warszawa, tel: 22 886 46 06.

2018/02/BRO1

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.