



«Es ist sehr wichtig, dass betroffene Kinder weiterhin aktiv am Leben teilnehmen.»

DR. MED. BÉATRICE MÜLLER (66)
KINDER-GASTROENTEROLOGIN
UND PSYCHOSOMATIKERIN,
PRAXIS BAUCHKIDS, MÜNCHENSTEIN BL

Wenn der Bauch häufig schmerzt

Viele Kinder haben immer wieder Bauchweh, für das es scheinbar keine Erklärung gibt. Kinder-Gastroenterologin Béatrice Müller erklärt, was dahintersteckt.

TEXT MAJA SCHAFFNER

Lino* hat seit einem Jahr fast täglich drückende, stechende Schmerzen im ganzen Bauch. Der Zwölfjährige ist deswegen sogar schon zweimal im Notfall gelandet. Sein Kinderarzt hat allerdings trotz sorgfältiger Abklärungen keine Hinweise auf eine Darmerkrankung, eine Nahrungsmittelunverträglichkeit oder eine andere Krankheit gefunden. Eine Diagnose fehlt. Doch die Schmerzen bleiben. Lino zieht sich mehr und mehr zurück. Er hört auf, Fussball zu spielen, verabredet sich nur noch selten mit Freunden und fehlt öfters in der Schule.

Viele Kinder betroffen

Solche wiederkehrenden Bauchschmerzen mit unklarer Ursache sind häufig. «Rund 30 Prozent aller Kinder leiden mindestens einmal darunter», erklärt Béatrice Müller, Kinder-Gastroenterologin mit eigener Praxis. «Treten die Bauchschmerzen während zweier Monate ein bis zweimal pro Woche auf, handelt es sich meistens um sogenannte funktionelle Bauchschmerzen.»

«Bei diesem Krankheitsbild reagiert der Darm der Betroffenen äusserst sensibel auf Dehnungsreize», erklärt Müller. «Er sendet bereits bei geringen Gas- oder



Gegen funktionelle Bauchschmerzen können ganz unterschiedliche Strategien helfen.

Kotansammlungen Störungsmeldungen ans Gehirn.» Das löst die Schmerzen aus – einen Fehlalarm sozusagen. Die Bauchschmerzen sind allerdings real. «Sie können sehr heftig sein», betont die Spezialistin. «Vielen Betroffenen sieht man an, dass es ihnen schlecht geht: Sie sind ganz blass.» Oft haben sie zusätzlich Begleitsymptome wie Übelkeit, Kopfschmerzen oder Schwindel.

Wenig bekannte Diagnose

«Das Problem ist, dass die funktionellen Bauchschmerzen häufig nicht diagnostiziert oder nicht verständlich erklärt werden», weiss die Bauchexpertin. Doch ohne schlüssige Diagnose bleibt vielfach die Sorge, dass die betroffenen Kinder eine unerkannte gefährliche, allenfalls fortschreitende Erkrankung haben könnten. Zudem erhalten sie keine geeignete Behandlung.

Daher sind Lino und seine Mutter froh, als Müller, zu welcher der Kinderarzt Lino überweist, die Diagnose funktionelle Bauchschmerzen stellt. Die Spezialistin erklärt ihnen, wie die Schmerzen entstehen und was dagegen helfen kann. Die schlechte Nachricht: Schmerzmittel wirken in der Regel nicht. Stattdessen

erarbeitet die Ärztin mit ihren Patientinnen und Patienten vor allem Strategien, was sie selbst tun können, wenn sie Schmerzen haben: zum Beispiel den Bauch massieren, Tee trinken, Musik hören, Entspannungstechniken anwenden



DARM-HIRN-ACHSE
Darm und Gehirn kommunizieren ständig über Nerven, Hormone, Darmbakterien und das Immunsystem miteinander. Die Hauptverbindung ist der sogenannte Vagus-Nerv.

GUT ZU WISSEN

WAS TUN BEI HÄUFIGEN BAUCHSCHMERZEN?

Wenn Ihr Kind unter wiederkehrenden Bauchschmerzen leidet, suchen Sie am besten Rat bei Ihrer Kinderärztin oder Ihrem Hausarzt, die oder der Ihr Kind bereits gut kennt. Weiterführende Informationen finden Sie auf der Website «meine-bauchstelle.com». Dort gibt es eigene Bereiche für Kinder, Jugendliche, Eltern und Fachpersonen. Unter anderem Merkblätter, Cartoons und Erklärvideos.

INFORMATION

oder spielen. Lino geht nun jeweils an die frische Luft und trifft Freunde.

Nicht zu sehr schonen

Béatrice Müller betont, dass die betroffenen Kinder unbedingt weiterhin aktiv am Leben teilnehmen sollen. Also regelmässig in die Schule gehen, mit Kollegen abmachen und Sport treiben. Dadurch behalten sie den Kontakt mit ihren Gspänli, bewegen sich genügend und bleiben in der Schule am Ball. Ausserdem sind sie von den Schmerzen abgelenkt! Das bewirkt, dass ihr Gehirn lernt, dass gar keine Gefahr droht. Entsprechend sollten Eltern nicht ständig nach den Bauchschmerzen fragen. «Das erinnert die Kinder jedes Mal wieder daran», erklärt die Ärztin. «Besser ist, zu vereinbaren, dass die Kinder sich melden, wenn sie Unterstützung brauchen.» Idealerweise ist das auch in der Schule möglich.

Lino geht es unterdessen viel besser. Er und seine Familie sind beruhigt und erleichtert, weil sie nun wissen, woher das Bauchweh kommt und was Lino hilft. Ob die Schmerzen eines Tages ganz verschwinden, wird sich zeigen. ●

*Name geändert