



B a b a h á z

**É**tkezéskor az elfogyasztott táplálék a szájból a nyelőcsövön keresztül a gyomorba jut, majd útját a bélrendszer felé folytatja. Egyes embereknél azonban visszafelé is lejátszódik ez a folyamat: a gyomor keverő mozgása nyomán nemcsak a patkóbél felé jut a gyomortartalom, hanem – ha rosszul működik a nyelőcső alsó záróizma – vissza is folyhat a nyelőcsőbe, akár a garatig is. Ezt a jelenséget nevezzük refluxnak.

A kis csecsemőknél ez a bukás jelensége, amelyet szinte minden anyuka megtapasztalhat. Azért büfiztetik a babákat etetés után, hogy a sok lenyelt levegő ne feszítse túl a gyomrot, rontva a nyelőcsőizom zárófunkcióját. Attól függően, hogy az anyatej vagy tápszer mennyi ideig volt a gyomorban, egészen folyékony állapotban, vagy – később – túrós formában jöhet vissza a szájba, illetve köpheti ki a csecsemő.

A kis mennyiség nagyjából az etetés után öt-tíz percig jelentkező, két-három korty-nak megfelelő táplálék. A bukások egyik gyakori és igen egyszerű magyarázata, ha a gyermek túlette magát, ilyen esetekben csak a felesleget büfizni fel. A gyakorisága nagyjából a gyermek fél éves korára fokozatosan csökken. Egyrészt erre az időre a gyomor záróizma megerősödik, a hozzátápláláskor bevezetett sűrűbb táplálékok is segítenek, másrészt a gyermek ennyi idősen már felül, így kevesebb időt tölt fekvé, amely szintén bukást okozhatott.

# Mit tehetünk?

## Megfelelően gyarapodik?

Napjainkban már a kisgyermekes háztartások többségében található csecsemőmérleg, amelynek segítségével otthon is nyomon követhetjük a kicsinyünk gyarapodását. Ez egyrészt nagy segítség, hiszen így nem kell esetleg nagyobb távolságokra, a védőnőhöz hordanunk a csöppséget, hogy megtudjuk, mennyit fejlődik, sok esetben azonban fokozhatja az édesanyák aggodását. A túl sok mérés hatására elveszhetünk a számok rengetegében, és közben izgalom, nyugtalanság válthatja fel az öröm helyét, amelyet egy boldog, csillogó szemű csöppség társágában érezhetünk. Ha napi egy alkalommal, esetleg az esti fürdetéssel összekötve rendszeresen mérjük a gyermeket, és így havi kb. 400-500 gramm súlygyarapodást tapasztalunk, nyugodtak lehetünk, gyermekünk megfelelően fejlődik. Természetesen a súlygyarapodás az első időszakban intenzívebb, és bizonyos hatásokra (időjárás-változás vagy fogzás) a súlynövekedés átmenetileg lelassulhat, ha azonban fél éves korára eléri születési súlya kétszeresét, nincs ok aggodalomra.

## Intő jelek

Ha etetéskor a csecsemő fejét hátraszegi, fájdalmasan sír, rendszeresen nagyobb mennyiség jön vissza a gyomrából, illetve a súlyfejlődése is jelentős elmaradást mutat, már refluxbetegségről beszélünk, amely orvosi segítséget igényel. Intő jel lehet, ha a gyermek nemcsak az étkezések utáni öt-tíz percben, de akár egy órával később is rendszeresen bukik. A tünetek kivizsgálása minden esetben fontos. Egyrészt az orvosi vizsgálat után, ha az orvos semmilyen rendellenességet nem állapít meg, az édesanyák megnyugodhatnak, illetve tanácsokat kaphatnak, hogyan csökkenthetők a tünetek. Másrészt feltárulhatnak a gyakori bukás hátterében meghúzódó olyan egyéb súlyos betegségek is, mint például a gyakori, hányással járó gyomorszájszűkület. A betegség négy-hét hetes fiúk körében fordul elő,

kezelése sebészeti beavatkozást igényel. Előfordulhat, hogy az orvosi vizsgálat alkalmával derül fény a súlyfejlődés elmaradásának olyan egyszerű okára, mint például egy nem megfelelően elkészített – túlságosan híg – tápszer.



### Fontos!

A reflux pontos diagnózisa a súlyosabb szövődmények elkerüléséhez is szükséges. A kezeletlen betegség a későbbi életkorokban kiválthat köhögést, sípoló légzést, orrfolyást, arcüreggyulladást, mellkasi fájdalmat. A nyelőcső-nyálkahártya felmaródása miatt vérzés léphet fel, később gyomorszáj-szűkület alakulhat ki. A reflux során visszajövő levegő böfögést, a savas gyomormedv a szájban is érezhető savanyú ízt, esetleg kellemetlen szájszagot okozhat.

## Amíg el nem múlik...

A csecsemőkori bukás az esetek jelentős részében nem igényel gyógyszeres kezelést. Anyatejjel táplált babák esetében sajnos az anyai diéta nem segítheti a tünetek csökkentését. Tápszeres csecsemőknél a sűrűbb, úgynevezett AR (antireflux) tápszerek adása ajánlott. A gyermeket naponta többször, kisebb mennyiségekkel kínáljuk, és az étkezések utáni fél órában lehetőleg ne fektessük le. Javasolható az ágy fejrészének megemelése, hogy a felső testfél fekvő helyzetben kicsit magasabban legyen. Ez is segíthet a refluxos panaszok csökkentésében, megszüntetésében. Ha ezek a módszerek nem bizonyulnak hatásosnak, akkor jön szóba a gyógyszeres kezelés. A babák refluxa általában fél-egy éves korra megszűnik. Jelenlegi ismereteink szerint a refluxot megelőzni nem lehet, családi hajlam mutatkozik ebben a betegségben is.

A bukás az első hónapokban szinte természetes dolog. Amíg a baba csak kis mennyiséget bukik vissza, a fejlődése normális.

DR. HIDVÉGI EDIT

WWW.ALLERGIAKOZPONT.HU

*Csecsemőkorban gyakori panasz az étkezések után jelentkező bukás, amely tovább fokozhatja az anyák amúgy is meglévő aggodalmait. Az esetek többségében átmeneti panaszról van szó, de fontos ismernünk, mit tehetünk a tünetek enyhítése érdekében, illetve mikor forduljunk feltétlenül orvoshoz.*

# A csecsemőkori refluxról