

DIARRREE:

Elk kind heeft wel eens buikpijn of diarree. Meestal is dat onschuldig, maar soms is er meer aan de hand. Vooral als kinderen niet meer normaal groeien of bijkomen, of als er bloed bij de ontlasting zit, moet er een alarmbelletje gaan rinkelen.

Peuters en kleuters hebben een snelle darmassage. 'Twee tot drie keer per dag ontlasting is perfect normaal', zegt dr. Els Van de Vijver, kinderarts maag-, darm- en leverziekten. 'Van diarree wordt pas gesproken als het kind veel vaker dan anders dunne ontlasting heeft. Meestal is een maag-darminfectie de oorzaak. Uitdroging voorkomen is dan het belangrijkste. Normaal moet het probleem na maximaal twee tot drie weken achter de rug zijn.'

Een andere onschuldige vorm van diarree is peuterdiarree. De oorzaak ligt dan bij de voeding. Het kind krijgt meestal te weinig vetstoffen en te veel fruitsappen. Tot een jaar of vijf hebben kinderen immers nog volle melkproducten en voldoende gezonde vetten nodig. 'Wat we tegenwoordig ook vaker zien, vooral bij lagerschoolkinderen, is buikpijn als een gevolg van stress', vervolgt Van de Vijver. 'Sommige kinderen ervaren te veel druk vanuit hun omgeving, bijvoorbeeld omdat ze na school van de ene hobby naar de andere hollen. Er is dan geen medisch probleem, maar er moet wel iets veranderen aan de levensstijl binnen dat gezin.'

Hardnekkige diarree kan ook worden

VERVELEND ONDERZOEK VERMIJDEN

Een juiste diagnose stellen bij maag- en darmklachten is zeker geen eenvoudige klus. De klachten zijn vaak zo vaag of veelvoorkomend dat artsen terecht niet meteen voor een vervelend onderzoek kiezen. Bovendien is er in de beginfase van een ziekte vaak niet veel te zien in de maag of darmen. Dr. Els Van de Vijver: 'Sinds kort kunnen we in de ontlasting een eiwit meten dat ons vertelt of er al dan niet ontsteking is in de darm. Als dat het geval is, zijn we sneller geneigd om tot een kijkonderzoek over te gaan. Zo kunnen we meestal vermijden dat een kind voor niets een ingrijpend onderzoek moet ondergaan.'



NIET ALTIJD ZO ONSCHULDIG

veroorzaakt door een parasitaire infectie. Als kinderen besmet voedsel of slecht doorbakken vlees hebben gegeten, kunnen zich wormen of parasieten in de darm nestelen. Om dat uit te sluiten brengen ouders een of meer stoelgangstalen binnen. Zo'n infectie is gemakkelijk te behandelen met medicatie.

Coeliakie: **ziek van brood en koekjes**

Een enkele keer is aanslepende diarree het gevolg van een chronische ziekte. 'Vooral als het gewicht niet goed evolueert, moet je verder kijken. Alarmerend is ook bloed bij de ontlasting of 's nachts wakker worden van de diarree of buikpijn', legt Van de Vijver uit.

Soms blijkt dat een kind aan coeliakie of glutenovergevoeligheid lijdt. Die kinderen zijn allergisch voor de eiwitten in tarwe- of graanproducten. Door het contact met gluten raakt de darmwand vanbinnen beschadigd, waardoor veel minder voedingsstoffen worden opgenomen. Op de duur ontstaat er groei- en vertraging, ijzertekort, bloedarmoede en soms een vitaminedeficiëntie. De behandeling bestaat uit een glutenvrij dieet. Dat betekent dat ze bijvoorbeeld geen gewone pasta, brood of koekjes kunnen eten.

Chronische darmontsteking

Zeldzamer zijn colitis ulcerosa of de ziekte van Crohn, beide vormen van chronische darmontsteking. Die aandoeningen komen maar af en toe bij kinderen voor. Bij tieners valt de diagnose vaker. Van de Vijver: 'De patiënten belanden hier omdat ze last hebben van aanhoudende diarree, buikpijn, vermoeidheid en soms bloed bij de

ontlasting. Als het probleem al lang aansleept, is er ook groeiachterstand en gewichtsverlies. We stellen de diagnose op basis van een gastro- en coloscopie, dat wil zeggen een kijkonderzoek van de maag en de darmen.'

Bij chronische darmontsteking wisselen rustige perioden zich vaak af met opflakeringen. De patiënten nemen meestal levenslang onderhoudsmedicatie, aangevuld met aanvalsmedicatie om opstoten te onderdrukken. Tijdens onrustige perioden kampen ze vaak met aanvallen van diarree die ze moeilijk kunnen ophouden. Ook vermoeidheid is wel eens een probleem. 'Het ziekteverloop is onvoorspelbaar. De ene dag kan het prima gaan, en de dag daarna loopt het opeens mis voor een paar weken. Dat maakt zo'n ziekte moeilijk om dragen', aldus Van de Vijver.

'IK HEB EEN KROON IN MIJN BUIK'

Sandra's dochtertje Amber (7) heeft de ziekte van Crohn. Op een avond in mei werd het meisje opeens heel ziek. 'Keer op keer had ze diarree met enorm veel bloedverlies. We reden naar de spoed en twee dagen later werden we naar het UZA doorverwezen. Uit een onderzoek van de maag en de darm bleek dat Amber de ziekte van Crohn had, een chronische ontsteking van de darmen. De eerste weken waren zwaar. Amber bleef maar bloed verliezen en vermaerde sterk, want door de pijn wilde ze niet meer eten. Op de duur kwam ze nog amper de zetel uit. Met medicatie is ze

er stilaan weer bovenop gekomen en intussen gaat het veel beter. Ze heeft veel minder pijn en weer gewone stoelgang. Een tweetal keer per dag moet ze wel heel dringend naar het toilet. We hebben daarom een plaspas aangevraagd, die we kunnen voorleggen als ze bijvoorbeeld in een winkel dringend moet gaan. Verder eet ze nog altijd te weinig en is ze vrij snel moe. Maar dat zou nog moeten beteren. Gelukkig worden we prima opgevangen door onze kinderarts en dr. Van de Vijver, die heel goed samenwerken. Amber zelf neemt het goed op. *Ik heb een kroon in mijn buik*, zegt ze zelf.'

