

## Çocuklarda Karında Şişlik

Çoğu bebeğin karnı normalde dışarı çıkar, özellikle de aşırı beslenmeden sonra. Ancak beslenmeler arasında karın yumuşak hissedilmelidir. Çocuğun karnı şiş ve sert hissediyorsa, bir veya iki günden fazla süredir dışkı çıkarmadıysa veya kusuyorsa tıbbi yardım, nedenini araştırmak gerekir. Sorun büyük ihtimalle gaz veya kabızlıktan kaynaklanıyordur, ancak daha ciddi bir bağırsak sorununun da işareti olabilir.

Bebek ve çocuklarda karın şişkinliğinin başlıca iki nedeni vardır. Büyük bir kısmı barsaklarda gaz birikmesine bağlı olarak tanımlanan "distansiyon"dur. İkinci neden intraabdominal veya retroperitoneal bölgede gelişen solid veya kistik kitlelerdir.

Artmış barsak gazına bağlı distansiyonda karın genellikle yumuşaktır, bazen tamamen normal görünümde iken bazen belirginleşir. Karın bütünüyle bombe görünümündedir. Hastanın genel durumu genellikle iyidir, akut hasta görünümü yoktur. Zaman zaman karnındaki şişkinlikten dolayı huzursuzdur.

Barsak tıkanıklığı sonucu abdominal distansiyon gelişmişse olayın yönü değişir, artık akut bir özellik gösterir, çocuk akut hasta görünümündedir ve ateş, kusma gibi diğer belirtiler de ortaya çıkmaya başlar.

Kitleye bağlı bir şişkinlikte olay genellikle annenin çocuğu yıkarken, severken veya giydirirken fark edeceği sert, solid, ağrısız kitledir.

Karında şişlik veya distansiyon geliştiğinde birlikte herhangi bir gastrointestinal semptom olması daha rahat tanı koydurur. En ciddi ilişkili semptom safralı kusmadır. Safra lekeli kusmuk bağırsak tıkanıklığını gösterir ve acil cerrahi inceleme gerektirir. GI semptomları muayene bulgularıyla ilişkilendirilmelidir. Belirgin karın damarları, cilt renginde bozulma ve bağırsak seslerinin olmamasıyla gergin ve hassas görünen bir karın akut müdahale gerektirir. Aktif bağırsak seslerine sahip şişkin ancak yumuşak bir karın çok daha güven vericidir. Sütlü kusmuk ve artan gastrik aspirasyon semptomları cerrahi patolojiden ziyade beslenme intoleransı ve dismotiliteye eğilimlidir.

Çocuklarda karında şişkinliğe, distansiyona veya kitleye yol açan nedenler kısaca tanımlanmıştır.

### (1) Aerofaji (Fazla havanın yutulması)

Beslenirken hava tutma, bebeğin memede fazla tutulması

Aşırı ağlamak veya çok hızlı yemek yemek aerofajiye neden olabilir.

Sakız çiğniyorsa, sert şekerler emiyorsa veya gazlı içecekler içiyorsa fazladan hava yutabilir.

Bebeklerde ve Çocuklarda Laktoz İntoleransı: Çocuklarda şişkinliğin en yaygın nedenlerinden biri, gıda alerjileri veya sütteki doğal şeker olan laktozdur. Laktoz intoleransının başlangıcı genellikle çocukluk veya ergenlik döneminde gerçekleşir.

Bazı çocuklar glüten veya kazein gibi proteinlere karşı tahammülsüz veya hassas olabilirler, bu nedenle aşırı bağırsak gazı oluşur.

Gaz ve şişkinlik genellikle çocuğun yediği veya içtiği şeylerden kaynaklanır.

### Barsak gazına neden olan yiyecekler:

Fruktoz (birçok meyve ve sebze doğal olarak bulunur), yağlı yiyecekler, fasulye, turpgiller (brokoli, Brüksel lahanası ve karnabahar gibi) ve sorbitol gibi yapay tatlandırıcılar sindirim sistemini zorlayarak şişkinliğe ve gaza yol açabilir.

Lif oranı yüksek besinlerin (meyve ve sebzeler gibi) tüketilmesi sonucu bağırsaklarda gaz oluşur.

### **Anneyi nasıl bilgilendirirsiniz?**

1. Gazlı ve meyveli içeceklerden uzak durulmalı
2. Sakız çiğnemekten ve şeker emmekten kaçınılmalı (fazladan hava yutmanıza neden olur)
3. Sıcak içecekleri pipetle içmekten veya yüzeyini yudumlamaktan kaçınılmalı
4. Yavaş yenilmeli
5. Laktoz içeren süt ve peynir gibi süt ürünlerinden uzak durulmalı
6. Çocuğun düzenli olarak egzersiz yapmasını sağlanmalı.
7. Fasulye ve karnabahar, bezelye, mercimek gibi gaz yaptığı bilinen yiyeceklerden kaçınılmalı
8. Kızarmış ve yağlı yiyeceklerden kaçınılmalı
9. Enginar, kuşkonmaz, brokoli, Brüksel lahanası, lahana, karnabahar, salatalık, yeşil biber, soğan, turp ve çığ patates gibi sebzelerden uzak durulmalı
10. Kayısı, muz, kavun, şeftali, armut, kuru erik ve çığ elma gibi meyveler az tüketilmeli
11. Ekmek, tahıl gevreği ve salata sosu gibi laktoz içeren paketlenmiş gıdalardan uzak durulmalı
12. Şeker ve şeker benzerlerinden uzak durulmalı
13. **Masaj** . Karnına, omuzlarına, sırtına, bacaklarına ve kollarına hafifçe masaj yapmak bebeğin rahatlamasına ve gazın atılmasına yardımcı olabilir.
14. **Yüzükoyun yatma**. Birçok faydası vardır; bunlardan biri de karına baskı yaparak gazı gidermeye yardımcı olmasıdır.

### **Hastaneye Ne Zaman Başvurulmalıdır?**

1. Şişkin karın beslenmeyle ilgili görünmüyorsa, giderek artıyor veya düzelmüyorsa,
2. Karın hassassa, kusma varsa,
3. Yüksek ateş, ishal veya kanlı dışkılama ile birlikteyse sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır.

## **(2) Konstipasyon**

Kabızlık, çocuklar arasında büyük bir sorundur ancak anne-babalar tarafından genellikle fark edilmez. Ağrılı bağırsak hareketlerine, sert, şişkin bir karına yol açabilir.

(3) Kilo alımı, obezite

(4) Karında sıvı birikmesi, ascit

(5) Gebelik

(6) Bağırsak tıkanıklığı, mekanik barsak obstüsiyonu: Özellikle yenidoğan döneminde görülen mekonyum ileusu, barsak atrezileri, over kistleri

(7) İntrabdomnal kitle

1. Mezenter kisti
2. Over kisti
3. Over teratomu
4. Kist hidatik

(8) Retroperitoneal kitle

1. Wilm tm
2. Nroblastom
3. Hidronefroz

(9)

### **Yenidođanlarda Abdominal Distansiyona Yaklaşım**

Yenidođanlar, özellikle prematüre yenidoğanlar çok hızlı bir şekilde kötüleşme eğilimindedir. Taşikardi, hipotansiyon, taşipne, apne, sıcaklık dengesizliği ve huzursuzluk veya uyuşukluk, enfeksiyöz bir nedene işaret eder. Bu bebeklerin septik bir tablo gelişmeden hızlıca tanı ve tedavi yapılmalıdır.