

Kolka niemowlęca

Pediatr Med. Rodz 2016, 12(4), p.413-418

A. Rurarz, K. Ratajczak, W. Feleszko

B. Kliniki Pneumonologii i Alergologii Wieku
Dziecięcego, Warszawski Uniwersytet
Medyczny

C. <http://www.mp.pl/pediatria/>



Czym jest kolka niemowlęca?

- Kolka niemowlęca to zespół charakteryzujący się napadowym, nieukojonym płaczem lub krzykiem z jednoczasowym podkurczaniem nóg, powiększeniem obwodu brzucha i zwiększoną ilością gazów jelitowych oraz trudnościami z wypróżnianiem u zdrowego, dobrze rozwijającego się niemowlęcia..

Czym jest kolka niemowlęca?

- Zaburzenie to pojawia się w pierwszych tygodniach życia i zwykle ustępuje samoistnie około 4.–5. miesiąca. Typowa kolka niemowlęca występuje w godzinach wieczornych

Jak często występuje ten problem?

- Kolki niemowlęce są jedną z najczęstszych dolegliwości w 1. roku życia; szacuje się, że (w zależności od przyjętej definicji) mogą występować nawet u 43% niemowląt, które nie ukończyły 3 miesięcy,
- Dotychczasowe dane epidemiologiczne wskazują, że omawiany problem może dotyczyć 1 na 6 rodzin (tylu właśnie rodziców w Stanach Zjednoczonych zgłasza się do lekarza po pomoc w tej sprawie)

Kryteria rozpoznania kolki niemowlęcej

- ⦿ Rozpoznanie wymaga spełnienia wszystkich kryteriów:
- ⦿ Wiek: niemowlęta w wieku od 2 tygodni do 4 miesięcy, (do ukończenia 5. m.ż),
- ⦿ Pierwszym warunkiem jest występowanie napadów niedającego się ukoić krzyku lub płaczu, rozpoczynających się i kończących bez uchwytnej przyczyny.

Kryteria rozpoznania kolki niemowlęcej

- Kryterium czasowe – epizody powinny spełniać „regułę trzech”: trwać co najmniej 3 godziny dziennie i powtarzać się co najmniej 3 dni w tygodniu przez co najmniej 1 tydzień (III KRYTERIA RZYMSKIE) natomiast aktualnie wg IV Kryteriów Rzymskich reguła 3 godzin nie obowiązuje.

Kryteria rozpoznania kolki niemowlęcej

- W IV kryteriach rzymskich zrezygnowano z tzw. reguły trójek (płacz co najmniej przez 3 h/24 h co najmniej przez 3 dni w tygodniu), **ponieważ nie spełniała ona wymagań dla skutecznego narzędzia diagnostycznego:** nie ma dowodów, że granica 3 h pozwalała dobrze odróżnić dzieci z kolką i bez kolki, czas trwania płaczu jest oceniany różnie w zależności od uwarunkowań kulturowych, opiekunowie niechętnie prowadzą dzienniczek objawów przez 7 dni, czas występowania objawów podawany przez opiekunów bardziej wyrażał ich frustrację (brak możliwości uspokojenia dziecka i znalezienia przyczyny objawów) niż rzeczywisty czas utrzymywania się płaczu

Kryteria rozpoznania kolki niemowlęcej

- Ostatni wymóg to prawidłowy rozwój fizyczny i właściwy przyrost masy ciała dziecka. Brak gorączki i objawów innej choroby.

Co powoduje kolkę niemowlęcą?

- Przyczyny nie są jasne,
- Dotychczasowe obserwacje wskazują, że kolka jest efektem złożonej interakcji między dzieckiem a środowiskiem,

„Teorie”

● Teoria nr 1:

kolki są skutkiem nadmiernego płaczu lub krzyku, typowo występującego w pierwszym kwartale okresu niemowlęcego.

„Teorie”

- Teoria nr 2:

Rozważane są m.in. przyczyny żywieniowe. Uważa się, iż nadwrażliwość na białko mleka krowiego lub nietolerancja laktozy oraz nadmierne gromadzenie się gazu w jelitach mogą prowadzić do zaburzeń motoryki i bolesnych skurczów jelit, manifestujących się niepokojem i płaczem.

„Teorie”

○ Teoria nr 3:

Innym rozważanym czynnikiem sprawczym są zaburzenia motoryki żołądkowo-jelitowej z towarzyszącą nadmierną ilością gazów jelitowych, wzmożoną perystaltyką jelit czy nawet uszkodzeniami błony śluzowej jelita.

„Teorie”

- Teoria nr 4:

Kolejna teoria zakłada zaburzenia
mikrobioty przewodu pokarmowego

„Teorie”

Teoria nr 5:

Istnieje ponadto teoria mówiąca, że kolki niemowlęce są odpowiednikiem migren u dzieci starszych i tym samym stanowią wyraz niedojrzałości układu nerwowego.

„Teorie”

- Teoria nr 6:

Wśród potencjalnych przyczyn kolki wymieniane są także nieodpowiednie techniki pielęgnacyjne stosowane podczas karmienia czy noszenia przez opiekunów i nieprawidłowy kontakt emocjonalny rodzica z dzieckiem.

„Teorie”

- Teoria nr 7:

Inną prawdopodobną przyczyną kolek jest znaczna ilość bodźców docierających do niemowlęcia, takich jak hałas i światło, czyli „**przestymulowanie**”.

Również stany lękowe u matki czy stres w rodzinie mogą powodować wystąpienie kolki.

Czynnikami ryzyka, które można wyeliminować, są palenie papierosów przez matkę, karmienie mlekiem modyfikowanym i depresja poporodowa matki.

„Teorie”

- Teoria nr 8:

Zaburzenia hormonalne,

Jakie???

Brak badań.....

Objawy kolki

- Podczas ataku kolki niemowlęcej występują napadowe zaczerwienienie i zachmurzenie twarzy oraz podkurczanie nóżek,
- po chwili dołącza się głośny płacz, który ustaje nagle po kilku minutach.
- Podkurczanie nóżek może przejść w nagły ich wyprost i zesztynnienie, przypominające spastyczność.

Objawy kolki



Objawy kolki



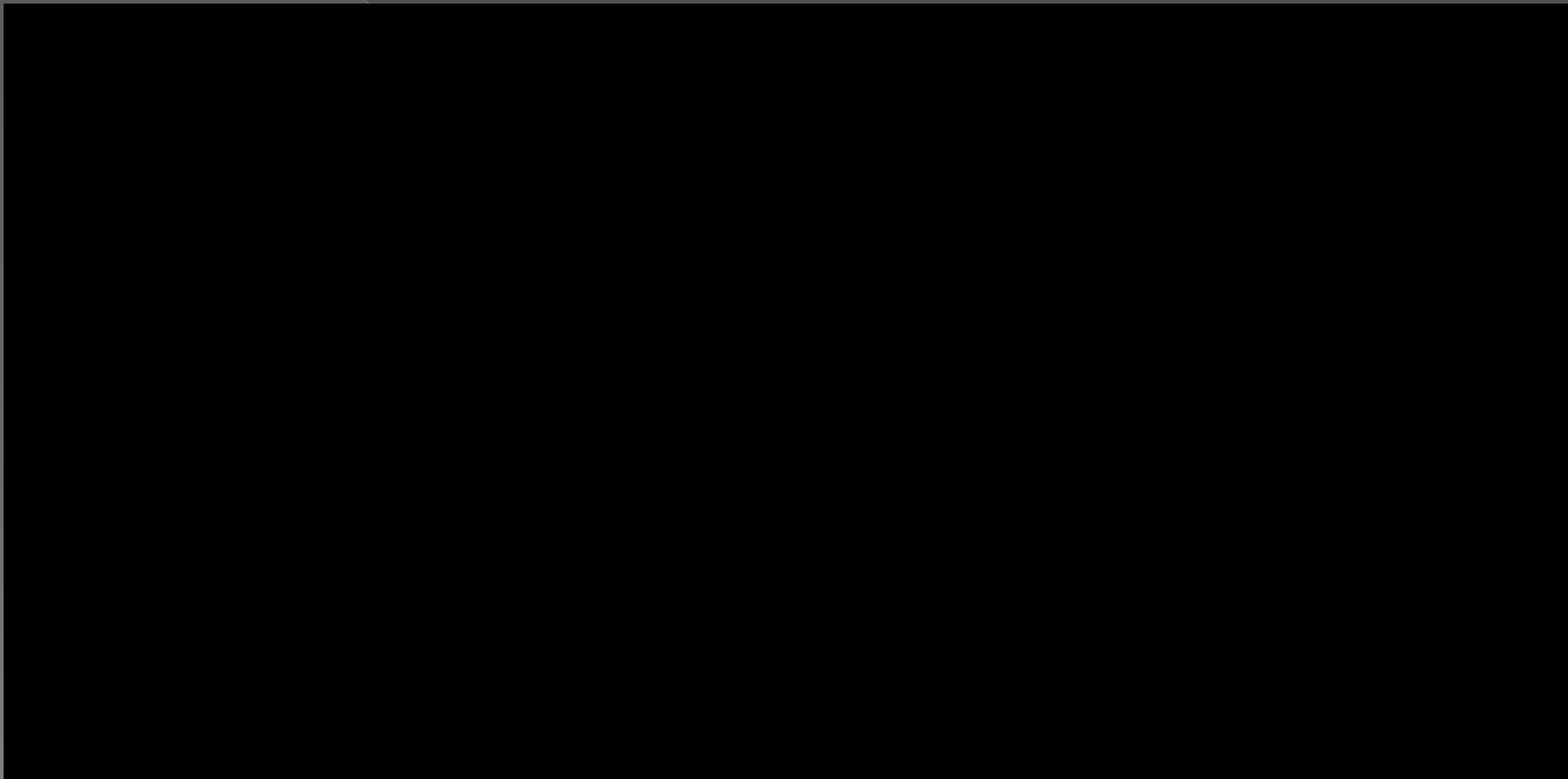
Objawy kolki

- W badaniu fizykalnym stwierdza się: **rozdęcie brzucha, nadmierne ilości gazów jelitowych i kruczenia.**
- Może nastąpić oddanie zielonego, śluzowego stolca z jednoczasowym wydaleniem gazów jelitowych i chwilowym uspokojeniem dziecka.

Różnicowanie

- **Różnicowanie napadowego niepokoju i płaczu dziecka powinno uwzględniać:**
- Najpowszechniejsze infekcyjne przyczyny, takie jak zapalenie ucha środkowego, zakażenie układu moczowego, nieżyt żołądkowo-jelitowy, zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych i mózgu.
- Konieczne jest ponadto wykluczenie przyczyn chirurgicznych, wymagających pilnej interwencji: niedrożności jelit, wgłobienia czy uwięźnięcia przepukliny.
- Należy również pamiętać o chorobach metabolicznych i neurologicznych (np. zespół Westa, encefalopatia poniedotlenieniowa),

Różnicowanie



JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?

- Okres kolek może prowadzić do znaczącego wyczerpania (także fizycznego) rodziców dziecka. Dlatego trzeba zachęcić rodziców, by znaleźli czas na odpoczynek, powierzając dziecko innym opiekunom

JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?

- Często pomocne są sposoby pielęgnacyjne: kołysanie, noszenie, łagodny hałas (np. suszarka do włosów, radio), jazda samochodem, ciepła kąpiel lub ciepłe okłady na brzuch dziecka.
- Skuteczne jest również ograniczenie narażenia niemowlęcia na bodźce zewnętrzne i pozostawienie go w spokoju.

JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?

- Wyniki systematycznych przeglądów piśmiennictwa sugerują skuteczność diety o zmniejszonej alergenicności. W przypadku niemowląt karmionych sztucznie oznacza to stosowanie hydrolizatów o znacznym stopniu hydrolizy (serwatkowych lub kazeinowych), a w przypadku niemowląt karmionych piersią – eliminację podstawowych alergenów z diety matki.

JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?

- Przy karmieniu piersią polecaną metodą jest eliminacja z diety matki mocnej kawy i herbaty, ostrych przypraw, orzechów oraz czekolady, ewentualnie przejście na dietę bezmleczną.

JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?

- Często zaleca się farmakoterapię, która ogranicza się do leków spazmolitycznych i przyspieszających usuwanie gazów jelitowych (simetikon, dimetikon, trimebutyna) lub substancji naturalnych o podobnym działaniu (koper włoski, werbena pospolita, mięta, rumianek). Warto podkreślić, że np. simetikon jest lekiem niewchłaniającym się z przewodu pokarmowego; zmniejsza napięcie powierzchniowe gazów jelitowych, pozwalając na ich łatwiejszą dyspersję w luźnym stolcu, a następnie wydalenie.

JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?



JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?



JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?

- W dwóch randomizowanych badaniach przeprowadzonych metodą podwójnie ślepej próby wykazano, że podawanie probiotyku *Lactobacillus reuteri* DSM 17938 dzieciom karmionym piersią skraca czas płaczu o około 43 minuty

JAK LECZYĆ KOLKĘ JELITOWĄ?



Rokowanie

- Rokowanie jest bardzo dobre. Kolki niemowlęce ustępują samoistnie około 4.–5. miesiąca życia.



JESTEM MAMĄ I CO ROBIĘ NA CO DZIEŃ?



oto, co sądzi moja
mama



oto, co społeczeń-
stwo sądzi



oto, co mój mąż
sądzi



oto, co ja
sama sądzę



oto, co robię
naprawdę



oto, co chciała-
bym robić

TO NAZYWAMY MACIERZYŃSTWEM

ULEWANIE

[http://pediatria.mp.pl/lista/61940,ulewani
e-u-dzieci](http://pediatria.mp.pl/lista/61940,ulewani-e-u-dzieci)



Definicje

- **Regurgitacje** to przemieszczanie się treści żołądkowej do gardła lub jamy ustnej, zwykle pod niskim ciśnieniem, bez wysiłku ze strony dziecka, niekiedy połączone z wyślinieniem z jamy ustnej (**nazywanym potocznie ulewaniem**). Regurgitacje i ulewanie obserwuje się codziennie nawet u 50% niemowląt do ukończenia 3. miesiąca życia. U większości zdrowych dzieci regurgitacje ustępują samoistnie do 12.–14. miesiąca życia.

Definicje

- Ulewianie u dzieci jest najczęściej spowodowane refluksem żołądkowo-przełykowym. Refluks żołądkowo-przełykowy jest to przemieszczanie się treści żołądkowej wstecznie do przełyku. Występuje u około połowy niemowląt i zwykle jest zjawiskiem fizjologicznym

Definicje

- Jest to proces fizjologiczny, spowodowany niedojrzałością przewodu pokarmowego, występujący kilkakrotnie w ciągu doby u zdrowych niemowląt, dzieci i dorosłych. Takie epizody trwają <3 min, najczęściej po posiłku i nie powodują dolegliwości.

Definicje

- **Ruminacje** to regurgitacje niedawno połykanego pokarmu z jego powtórным przeżuciem i połyknięciem. Od regurgitacji odróżnia je świadomie wywołany skurcz mięśni brzucha

Definicje

- ◉ **Wymioty** to skoordynowana reakcja autonomiczna i motoryczna powodująca forsowne wydalenie treści żołądkowej przez usta.

Objawy alarmowe

- ◉ **Objawy sugerujące chorobową przyczynę ulewania**
- ◉ Wymioty z zawartością żółci
- ◉ Krwawienie do przewodu pokarmowego
krwiste wymioty
krwiste stolce
- ◉ Wymioty chlustające
- ◉ Początek wymiotów >6. mż.
- ◉ Zahamowania przyrostu masy ciała i wzrostu

Objawy alarmowe

- Biegunka
- Zaparcie
- Gorączka
- Apatia
- Bardzo duży niepokój dziecka
- Powiększenie wątroby/śledziony
- Uwypuklenie ciemiączka - bądź małogłowie
- Drgawki
- Tkliwość lub wzdęcie brzucha
- Defekty genetyczne lub metaboliczne

Postępowanie

- W razie dużego nasilenia ulewania można podawać dziecku substancje zagęszczające pokarm (Nutriton). Nie zmniejszają one wprowadzie narażenia przełyku na kwas solny, ale powodują zmniejszenie częstości wymiotów.

Postępowanie

- Należy pamiętać, że u niektórych niemowląt objawy refluksu żołądkowo-przełykowego są **objawem alergii na białka mleka krowiego**, u dzieci karmionych sztucznie zaleca się próbę zastosowania przez okres 2–4 tygodni hydrolizatu o znacznym stopniu hydrolizy białka (Bebilon pepti, Nutramigen).
- W przypadku dzieci karmionych naturalnie nie sformułowano zaleceń odnośnie do próby zastosowania przez matkę diety bezmlecznej.

