



Magesmerter hos barn og ungdom

Bakgrunn: Vanligvis funksjonelle, det vil si smerter uten funn av somatisk årsak. Smertene er høyst reelle. Funksjonelle smerter er ofte lokalisert rundt navlen og hyppig relatert til matinntak eller avføring. Symptomene skyldes vanligvis ikke en enkelt årsak eller matvare. Det er generelt god prognose, men smertene kan vare noen år.

Årsaker: Vanlige årsaker er forstoppelse, irritabel tarm, funksjonell dyspepsi og luft i magen. Andre årsaker inkluderer gastroøsofageal refluks, cøliaki, inflammatoriske tarmtilstander, ileus-tilstander, urinveisinfeksjon, hydronefrose, diabetes, pneumoni, smerter fra hofter eller rygg og i ekstremt sjeldne tilfeller, tumor.

Når skal man mistenke bakenforliggende patologi? (Alarmsymptomer)

- Nedsatt allmenntilstand over tid
- Funksjonstap
- Gulsott
- Vedvarende oppkast
- Svelgevansker
- Feber uten infeksjonsmistanke
- Abdominale oppfyllninger
- Vekttap eller endret tilvekst
- Løs, blodtilblandet/slimete avføring
- Nattlig, løs avføring, der infeksiøs årsak er utelukket
- Atypiske smerter: Nattesmerter, magesmerter langt fra navlen, stadig økende smerter
- Inflammatorisk tarmsykdom eller cøliaki i familien

Hva kan fastlegen gjøre?

Anamnese:

- Smerteutbredelse og -karakter (hyppighet, varighet). Relasjon til defekasjon, matinntak, tidspunkt på dagen eller andre aktiviteter.
- Avføringsvaner (hyppighet, konsistens). Slim/blod. Enurese. Analkløe.
- Kvalme og oppkast eller sure oppstøt
- Feber eller allmennsymptomer
- Tilvekst (OBS vekttap)
- Smerter fra andre lokalisasjoner
- Psykososiale forhold
- Arvelige sykdommer



Undersøkelser

- Klinisk undersøkelse av munnhule, hjerte, lunge, mage, lymfeknutestasjoner, tegn til påført skade. Høyde og vekt (percentil).
- Vurder: Hb, hvite m/diff, trombocytter, cøliakiprøver, kalprotektin i avføring, urinstix.
 - Laktoseintoleranse er en anamnestisk vurdering.
 - Ikke ta allergiprøver om ikke helt klar mistanke (dersom en allikevel tar allergiprøver, vær varsom med tolkning – forhøyet spesifikk IgE er ofte ikke ensbetydende med reell allergi. Husk total-IgE i vurdering). Husk at matvareintoleranse (f.eks. kumelkproteinintoleranse) ikke vil slå ut på allergiprøver.
 - Vanligvis ikke indikasjon for å teste blod i avføring.
 - Bildediagnostikk tas ikke ved mistanke om funksjonelle magesmerter.

Tiltak og behandling

- Om det ikke er alarmsymptomer eller åpenbar mistriksel og vesentlig funksjonstap knyttet til magesmertene, vil en beroligende samtale med barn og foreldre ofte være tilstrekkelig. Viktig å informere om at magesmerter er veldig vanlige og vise at en forstår at magesmertene er reelle og svært plagsomme, samtidig som en kan forklare at det er ufarlig og at en bør tilstrebe normal aktivitet og skolegang i størst mulig grad. Råd om å spise regelmessig og sunt, drikke nok, begrense skjermtid og være fysisk aktiv.

Når bør man henvise til barnelege?

- Ved mistanke om annen årsak enn funksjonelle magesmerter eller ved stort funksjonstap pga. mistenkt funksjonell tilstand.

Hva ønskes inkludert i henvisningen til barnelege?

- Anamnese (grundig beskrivelse av kliniske symptomer og om det foreligger alarmsymptomer som nevnt ovenfor).
- Hva mistenkes, og hva er bestillingen til barnelege.
- Resultat av klinisk undersøkelse.
- Resultat av tilleggsundersøkelser (blod, urin, kalprotektin).
- Tilvekst.
- Trivsel/fungering.
- Hvilke tiltak som er forsøkt.
- Hereditet på mage-/tarmsykdom eller autoimmun sykdom.

Hva kan man forvente etter at barnet har vært hos barnelege?

For de aller fleste, også blant de som henvises til spesialist, skyldes ikke magesmertene noen bakenforliggende sykdom. Om ikke klinisk undersøkelse, anamnese eller prøver gir mistanke om sykdom, vil det i de fleste tilfeller ikke være behov for mer utredning eller oppfølging av barnelege.

Forløp: De fleste barn der mistanken om somatisk årsak til magesmerter er liten, kan følges av fastlegen. De fleste blir bra innen noen år.



Forslag til veiledningsskriv (magesmerter hos barn og ungdom)

Kjære kollega.

De to fagmedisinske foreningene Norsk forening for allmennmedisin (NFA) og Norsk barnelegeforening (NBF) har utviklet et veiledningsskriv for tilnærming til magesmerter. Det vises til dette.

I henvisningen fremkommer det ikke noen alarmsymptomer eller opplysninger om betydelig funksjonstap. Det bes om at henvisende lege eventuelt igangsetter aktuelle tiltak som skissert i skriv om magesmerter. Dersom dette ikke fører fram, eller man ved ny gjennomgang identifiserer alarmsymptomer ønskes pasienten rehenvist.

Foreldreinformasjon (magesmerter hos barn og ungdom)

Magesmerter hos barn er vanligvis ikke sykdom. Oftest er det ikke betennelse eller andre påviselige skader eller sykdommer i tarmen eller magen.

Ved følgende symptomer bør det gjøres en undersøkelse av lege:

- o Nedsatt allmenntilstand
- o Smerter som har stor påvirkning på hverdagsfunksjon
- o Gulsott
- o Vedvarende oppkast
- o Svelgevansker
- o Feber uten infeksjonsmistanke
- o Kul i magen
- o Vekttap
- o Løs, blodtilblandet/slimete avføring
- o Nattdig, løs avføring, uten infeksjonsmistanke.
- o Smerter om natten, magesmerter langt fra navlen, stadig økende smerter
- o Inflammatorisk tarmsykdom eller cøliaki i familien

Etter en vurdering av sykehistorie og undersøkelse hos lege kan man ofte stå igjen uten mistanke om sykdom. Da kan man kalle magesmertene for funksjonelle. Noen kan også ha hørt navnet IBS (Irritabel Tarm Syndrom på norsk). Da har man i tillegg ofte løs eller hard avføring. Disse magesmerter kan være svært plagsomme, men de er ufarlige. Tilstanden har god prognose, men kan vare noen år.

Hvordan skal man forstå magesmerter uten funn av sykdom hos barn og ungdom?

Det er ikke én enkelt årsak til disse magesmertene. Fysiske faktorer som gjennomgått infeksjon kan være av betydning, men symptomene kan bli verre hos mange av stress og bekymring. For å skjønne mønsteret som kan gi magesmerter må man lete etter ledetråder både for barnets /ungdommens trivsel, tidligere opplevelser/erfaringer livet, hvordan barnet har det på fritiden og hjemme. Alle disse danner grunnlaget for å skjønne mer av smertene barnet har.

Hva kommer smertene av?

Vanlige årsaker er forstoppelse (link foreldreinfo forstoppelse) og luft i magen, men en trenger ikke ha noen av delene for å ha langvarige magesmerter.