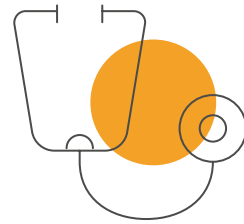


- » Schmerzen rechts unten im Bauch hat.
- » Schmerzen woanders hat als in der Nähe vom Bauchnabel.
- » die Bauchschmerzen über längere Zeit immer wieder kommen.
- » nachts wegen Bauchschmerzen wach wird.
- » stark schwitzt und sagt, die Schmerzen sind wie ein Krampf oder eine Welle.
- » beim Pipi-machen Probleme hat.
- » mehrere Wochen hintereinander Durchfall hat.
- » immer wieder Durchfall hat.
- » Blut im Durchfall oder im Erbrochenen hat.
- » Gewicht verliert oder nicht mehr zunimmt. Oder nicht mehr wächst.
- » oft Fieber hat.

- « يشعر بآلام في أسفل الناحية اليمنى من البطن.
- « يعاني من ألم في مكان آخر غير الأم الذي يشعر بالقرب من المعدة.
- « تستمر آلام البطن في العودة لفترة طويلة.
- « يستيقظ ليلا بسبب آلام البطن.
- « يتعرق بغزارة ويقول أن الألم يشبه التقلص أو الموجه.
- « لديه مشاكل في التبول.
- « يعاني من الإسهال لعدة أسابيع متتالية.
- « يعاني دائما من الإسهال.
- « يوجد لديه دم مع الإسهال أو القيء.
- « يفقد وزنه أو يتوقف وزنه عن الزيادة. أو يتوقف عن النمو.
- « يعاني غالبا من الحمى.



Wichtige Tipps zum Umgang mit der Erkrankung.



Bauchschmerzen / آلام البطن



Dieser Flyer soll Ihnen bei der Entscheidung helfen, ob Ihr erkranktes Kind Zuhause in Ruhe gesund werden kann oder ob es notwendig ist, eine Kinderarztpraxis oder ein Krankenhaus aufzusuchen.

Mein Kind hat Bauchschmerzen

Kinder sagen oft: Ich habe Bauchschmerzen.

Viele Eltern fragen sich:

- Warum hat mein Kind Bauchschmerzen?
- Wie kann ich meinem Kind bei Bauchschmerzen helfen?
- Wann muss ich mit meinem Kind zum Arzt/zur Ärztin in die Praxis gehen?



Das erklären wir Ihnen.

Warum hat mein Kind Bauchschmerzen?

Den Grund für Bauchmerzen zu finden ist manchmal schwer. Manche Kinder bekommen Bauchschmerzen, wenn sie aufgeregt sind. Aber auch Krankheiten können Bauchschmerzen machen.

Vielleicht hat Ihr Kind:

- einen „Magen-Darm-Infekt“. Das ist eine häufige Krankheit. Bei einem Magen-Darm-Infekt hat Ihr Kind oft auch Durchfall. Vielleicht muss es sich auch erbrechen.
- Verstopfung. Das bedeutet: das Kind kann auf der Toilette nicht „groß“ machen. Wenn es „groß“ macht, ist es oft hart und tut weh. Es kann helfen, wenn Ihr Kind viel Obst, Gemüse und Vollkornbrot isst. Wenn nicht, gehen Sie zum Arzt/zur Ärztin in die Praxis.

يعاني طفلي من آلام البطن

يقول الأطفال كثيرا: أعاني من آلام البطن.

يتساءل العديد من الآباء:

- لماذا يصاب طفلي بآلام البطن؟
- كيف يمكنني مساعدة طفلي حال إصابته بآلام البطن؟
- متى يتعين علي الذهاب مع طفلي إلى عيادة طبيب/ طبيبة؟

هذاما سنوضحه لك.

لماذا يصاب طفلي بآلام البطن؟

يصعب أحيانا التعرف على سبب آلام البطن. يعاني بعض الأطفال من آلام البطن عندما يشعرون بالارتباك. ولكن يمكن أيضا أن تسبب بعض الأمراض آلاما في البطن.



ربما يعاني طفلك من:

- “عدوى الجهاز الهضمي“. وهو مرض شائع. وفي حالة الإصابة بعدوى الجهاز الهضمي، فغالبا ما سيعاني طفلك أيضا من الإسهال. وربما يضطر أيضا إلى القيء.
- الإمساك. يعني ذلك: أن الطفل لا يمكنه التبرز “بشكل كبير“. وعندما يتبرز “بشكل كبير“, فإنه يكون غالبا صعبا ومؤلما. يمكن أن يساعد طفلك تناوله للكثير من الفاكهة والخضروات وخبز الحبوب الكاملة. وإذا لم يفلح ذلك، فتوجه إلى عيادة طبيب/ طبيبة.

• ein „Reizdarmsyndrom“. Dann ist der Darm von Ihrem Kind empfindlich. Vielen Kindern mit „Reizdarmsyndrom“ hilft es, wenn sie lernen, sich besser zu entspannen.

• eine „Allergie“ oder „Unverträglichkeit“. Dann verträgt ihr Kind bestimmtes Essen nicht. Fragen Sie einen Arzt/eine Ärztin bevor Sie einzelnes Essen weglassen.

• eine „chronische Darmerkrankung“. Das sind Krankheiten im Darm die sehr lange dauern. Manchmal bleiben sie ein Leben lang. Fragen Sie einen Arzt/eine Ärztin.

• eine „Entzündung“. Entzündung heißt: Der Körper reagiert. Zum Beispiel auf Viren oder auf Bakterien. Eine Entzündung kann zum Beispiel im Darm oder Blinddarm sein. Oder in der Blase. Fragen Sie Ihren Arzt/Ihre Ärztin.

Wie kann ich meinem Kind bei Bauchschmerzen helfen?

So können Sie Ihrem Kind helfen:

- Sprechen Sie ruhig mit Ihrem Kind.
- Erlauben Sie Ihrem Kind, sich auszuruhen.
- Wärmen Sie den Bauch. Es gibt zum Beispiel Kissen, die man warm machen kann.
- Geben Sie Ihrem Kind etwas Warmes zu trinken.
- Beobachten Sie, wie oft Ihr Kind zur Toilette geht.



• “متلازمة القولون العصبي“. يعني ذلك أن أمعاء طفلك حساسة. يشعر الكثير من الأطفال الذين يعانون من “متلازمة القولون العصبي“ بالتحسن، إذا تعلموا الاسترخاء بشكل أفضل.

• “حساسية“ أو “عدم التحمل“. لا يستطيع طفلك حينها تحمل بعض الأطعمة. اسأل طبيب/طبيبة قبل الإقلاع عن تناول طعاما بعينه.

• “مرض الأمعاء المزمن“. هو مرض في الأمعاء يستمر لفترة طويلة جدا. ويستمر أحيانا مدى الحياة. اسأل طبيب/طبيبة.

• “التهاب“. الالتهاب يعني: تفاعل الجسم. على سبيل المثال تجاه الفيروسات أو البكتيريا. ويمكن أن يحدث الالتهاب على سبيل المثال في الأمعاء أو في الزائدة الدودية أو في المثانة. اسأل طبيبك/طبيبته.

كيف يمكنني مساعدة طفلي حال إصابته بآلام البطن؟

ويمكنك مساعدة طفلك هكذا:

- تحدث بهدوء مع طفلك.
- اسمح لطفلك بالحصول على الراحة.
- قم بتدفئة المعدة. على سبيل المثال يوجد وسائد يمكن تدفئتها.
- أعط طفلك مشروبا دافئا ليشربه.
- انتبه لعدد المرات الذي يذهب فيها طفلك إلى المرحاض.

• Beobachten Sie, ob Ihr Kind Durchfall hat.

Die Bauchschmerzen verschwinden oft nach kurzer Zeit von allein. Geben Sie keine Medikamente gegen Schmerzen ohne mit einem Arzt/einer Ärztin gesprochen zu haben.

Wann muss mein Kind zum Arzt/zur Ärztin?

Gehen Sie mit Ihrem Kind zum Arzt/zur Ärztin in die Praxis, wenn Sie sich Sorgen machen.

Sie müssen zum Arzt/zur Ärztin gehen, wenn:

- Ihr Baby oder Kleinkind
 - » sehr still ist und sich für nichts mehr interessiert.
 - » krank und blass aussieht.
 - » grün erbricht.
 - » Blut in der Windel hat.
 - » hohes Fieber hat (über 39°C).
- Ihr Kind
 - » sehr starke Bauchschmerzen hat.
 - » längere Zeit Bauchschmerzen hat.
 - » auf der Toilette war, aber die Bauchschmerzen nicht besser werden.

راقب ما إذا كان طفلك يعاني من الإسهال أم لا.

تختفي آلام البطن غالبا من تلقاء نفسها بعد فترة قصيرة. ولا تعط أي دواء لتسكين الألم دون استشارة طبيب/طبيبة.



متى يتعين على طفلي زيارة طبيب/طبيبة؟

اذهب مع طفلك إلى عيادة طبيب/طبيبة إذا شعرت بالقلق عليه.

يتعين عليك الذهاب إلى طبيب/طبيبة، إذا:

- طفلك أو رضيعك.
 - » أصبح هادئا للغاية ولم يعد مهتما بأي شيء.
 - » يبدو عليه المرض ولونه شاحبا.
 - » يتقيأ باللون الأخضر.
 - » لديه دماء في الحفاض.
 - » يعاني من الحمى (أكثر من 39 درجة مئوية).
- طفلك.
 - » يعاني من آلام حادة في البطن.
 - » يعاني من آلام في البطن لفترة أطول من الطبيعي.
 - » ذهب إلى المرحاض، ولكن آلام البطن لم تتحسن.

