

“Tencere yemeği” kabızlıktan koruyor

Çocuklarda en sık görölme nedeni hatalı beslenme

Yayın Tarihi : 23 Şubat 2017 Perşembe (oluşturma : 20.10.2019)

Kabızlık yaşa göre dışkı yapma sıklığının azalması ya da sert dışkılama olarak tanımlanıyor. Çocuklarda sık görölen kabızlığa hatalı tuvalet alışkanlıklarından bazı ilaçlara, hipotiroidi gibi çeşitli hastalıklardan vücudun yapısal sorunlarına kadar birçok etken yol açabiliyor. **Acıbadem Bakırköy Hastanesi Çocuk Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. Latif Abbasoğlu**, ebeveynlerin gerek akşam saatlerinde zamanlarının kısıtlı olması, gerekse çocukların isteklerini kıramamaları nedeniyle makarna ve köfte gibi yemekleri sıkça yapmalarının kabızlığı tetiklediğine dikkat çekerek, “Dolayısıyla kabızlığı önlemek için alınması gereken önlemlerin başında fast food alışkanlığından vazgeçmek, Anadolu’da “tencere yemeği” olarak tabir edilen posalı ve sulu yemekler ile sızma zeytinyağıyla pişirilmiş yemekleri tercih etmek geliyor” diyor.

Fast food alışkanlığından tuvalet eğitime...

Özellikle bebeklerde anne sütünden inek sütüne geçişlerde aşırı inek sütüyle beslenmek, katı gıdalara geçişler ve mama konsantrasyonunun değiştirilmesi sıkça görölen etkenler arasında yer alıyor. Kabızlığı tetikleyen bir diğer durum ise okul öncesi dönemindeki çocukların oyuna ya da çizgi filme dalmaları ya da herhangi bir şeyle oyalanmaları nedeniyle, okul çağındaki çocukların da okulda tuvalete gitmemek için dışkı yapmayı ertelemeleri. Ayrıca çocukların kullandıkları bazı ilaçlar ve hipotiroidi gibi tıbbi tedavi gerektirecek durumlar da kabızlık oluşturabiliyor.

Fizyolojik etkenler de kabızlık yapabiliyor

Prof. Dr. Latif Abbasoğlu kabızlık sorunu olan çocuklarda kalın bağırsağın son kısmındaki sinir sisteminin iyi gelişmemesinin de kabızlık nedeni olduğunu belirtiyor. Kabız olan çocuğun muayenesinde “anal fissür” denilen çatlakların varlığının da mutlaka araştırılması gerektiğinin altını çizen Prof. Dr. Latif Abbasoğlu, “Bazen anüs olması gerekenden biraz daha önde yerleşiyor ve kabızlığı tetikliyor. Bunun yanı sıra kabızlığın bir başka nedeni de makat darlığıdır ki bunun da mutlaka tedavi edilmesi gerekiyor, aksi takdirde kronik kabızlık sürecine davetiye çıkaran bir durum oluyor” diyor.

Makatta çatlaklara dikkat!

Çocuk Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. Latif Abbasoğlu çocuklarda kabızlığın en sık yol açtığı komplikasyonun makatta çatlaklar olduğuna dikkat çekerek sözlerine şöyle devam ediyor: “Makat çatlaklarına bağlı olarak çocuk ağrılı dışkı yaptığı için dışkı yapmaya reddediyor. Bunu reddettikçe kalın bağırsağın son kısmında kalan dışkının içindeki su daha fazla emiliyor ve dışkı daha da

sertleşiyor, hatta taş gibi bir hal alıyor. Aslında çatlakların mı kabızlığa, kabızlığın mı çatlaklara neden olduğu hala net değil ama bu sorunu yaşayan her çocukta özellikle anal fissür denilen çatlakların varlığının araştırılması ve varsa ona yönelik tedavi yapılması çok önemli, aksi halde süreç kronikleşebiliyor ve çocuğun yaşam kalitesi olumsuz etkileniyor” diyor.

Sık tekrarlayan idrar yolu enfeksiyonu gelişebiliyor

Kabızlığın yol açtığı bir başka önemli sorun da idrar yollarının etkilenmesi. Dolayısıyla dışkı ve idrarın zamanında yapılması büyük önem taşıyor. Eğer yapılmazsa her iki sorun birbirini tetikleyerek sık tekrarlayan idrar yolu enfeksiyonlarına neden olabiliyor. Bazı çocuklarda makattaki taşlaşmış olan dışkının boşaltılamaması nedeniyle yeni gelen ve nispeten daha yumuşak olan dışkının alta kaçırılması da kabızlık sonucu gelişen bir başka problem. Tıpta ‘enkomprezis’ denilen bu durumda bazen çocuk ve aile inatlaşması sonucu bu süreç uzuyor ve iyice kronikleşiyor, tedavisi güçleşiyor. Aile, hekim ile çocuk işbirliğiyle durum tedavi edilebiliyor ve sorun ortadan kalkıyor.

Ameliyat ne zaman gündeme geliyor?

Kabızlık sorununda altta yatan nedene göre başvuru beslenme alışkanlıklarının düzeltilmesi, tuvalet eğitimi ve bazı ilaçlar sorunun ortadan kalkmasını sağlıyor. Kabızlığın tedavisinin aile-hekim ile çocuk iş birliği içerisinde yürütülmesi gerektiğini belirten Prof. Dr. Latif Abbasoğlu, “Kabızlık uzun vadeli, sık sık tedaviye cevabın kontrol edildiği bir süreç gerektiriyor. Dolayısıyla sabır ve düzenli bir tedavi önem taşıyor” diyor.

Çocuk Cerrahi Uzmanı Prof. Dr. Latif Abbasoğlu cerrahi tedaviye sadece kalın bağırsağın son kısmındaki sinirlerin iyi gelişmemesine bağlı olan hastalığın varlığı söz konusu olduğunda başvurulduğunu belirterek şu bilgileri veriyor: “Kabızlık sorununda makat darlığı, makatta çatlak gibi durumları ortaya koymak ve varsa onların tedavisine yönelmek gerekiyor. Kalın bağırsağın son kısmındaki sinirlerin iyi gelişmediğine yönelik şüphelerde de biyopsiye kadar giden süreçle sinir hücrelerinin mutlaka iyi gelişip gelişmediği ortaya konuluyor. Sinirler iyi gelişmemişse bu durumda tek çözüm cerrahi tedavi oluyor.”

Bu dökümanı orjinal adreste göster

“Tencere yemeği” kabızlıktan koruyor