

Vådan av att dricka mjölk

S Mattsson, P Laurin, J-Å Hammersjö, P Wide, A Elias, E Westman, C Thörnqvist

Barn o U ngdomssjukhuset, US, Linköping och Barnkliniken, Västerviks Sjukhus

Förstoppning är vanligt hos barn, oftast endast kortvarigt och övergående. Förstoppning av mer långvarig karaktär, ofta förenat med magont, smärtsamma avföringar, ibland försämrad tillväxt, har blivit allt vanligare med prevalensen hos barn 3-10%. Orsaken till den kraftiga ökningen är inte känd men flera teorier har framförts, som felaktig kost i kombination och för lite fysisk aktivitet. Förstoppning hos barn är nästan alltid funktionell. Italienska studier visat att 68 % blev av med sina förstoppningsbesvär på komjölkfri kost under en tvåveckorsperiod. En hypotes var att överkänsligheten ger en inflammation i tarmväggen som leder till störd motilitet i tarmen. Syftet med denna studie är att utvärdera hur många av de barn som remitterats till barnkliniker i Västervik och Linköping på grund av förstoppning som kan botas/förbättras med mjölkfri kost.

Material och metod

Ett hundra barn har beräknats ingå i ålder ½ - 6 år, med glesa avföringar (> 3 dygn mellan avföringarna), besvär > 1 månad och barnen ska själva ha ätit mjölkkinnehållande kost. Före start ifylles i hemmet 2 veckors tarndagbok med Bristolskala. Läkarbesök, provtagning med blodstatus, celiaki-paket, urinsticka, calprotectin i feces genomförs. Tillväxtkurva från BVC rekvireras. Barn och föräldrar informeras av dietist om vad strikt komjölkfri kost innebär. Därefter komjölkfri kost i 2 veckor åtföljt av normalkost i 2 veckor. Tarndagbok förs av barn och föräldrar under hela studietiden, totalt 6 veckor. Ingen annan förstoppningsbehandling ges under studietiden. Efter 2 veckor uppföljande telefonsamtal av sjuksköterska/dietist och återbesök efter 4 veckor med läkarbesök, kostintervju med utvärdering och fortsatt behandlingsplanering.

Barn med symtomlindring av mjölkfri kost erbjuds fortsätta med densamma i 3 respektive 6 månader då försök att återinföra normalkost görs. Barn som återfår sina förstoppningssymtom återgår till mjölkfri kost i ytterligare 3 resp 6 månader innan nytt försök med normalkost görs.

Resultat

Preliminära resultat av hittills 85 inkluderade barn visar att 2/3 blir botade/förbättrade efter 2 veckors mjölkfrihet och cirka hälften av dessa kan återgå till normalkost. Förhöjt F-calprotektin (81 – 714) som normaliserades med mjölkfrihet noterades hos c:a 25 % av barnen. Celiaki diagnosticerades hos 1 barn.

Konklusion

Strikt uteslutning av mjölk ur kosten för barn med förstoppning kan vara en första behandlingsmetod och ett sätt att skilja ut de barn som kräver fortsatt utredning och behandling.

Referenser:

Iacono G et al. Intolerance of cow's milk and chronic constipation in children. N Engl J Med 1998;339(16):1100-4.