

Riktlinjen gäller för: Central Barnhälsovård Västra Götaland

Godkänd av: Primärvårdschef Maja Berndes Godkänd sektorsråden: 2018-03-02

Giltighet: från 2018-05-01 till 2020-05-01

Version: 1.0

Lokal riktlinje inom VGR

Spädbarnskolik

Skrikighet hos små barn är en vanlig fråga inom barnhälsovården. Denna riktlinje vänder sig till BHV-team (sjuksköterska och läkare) för att få en likvärdig handläggning inom VGR.

Definition

Definitionen av kolik är otröstbar skrikighet minst 2-3 h/dag, minst 3 ggr/vecka. Kolik uppträder vanligtvis från 2-6 veckors ålder till ca 4 mån ålder. Barnet växer bra och mår helt bra mellan skrikattackerna.

Orsak

Orsaken är okänd och troligen multifaktoriell. En tredjedel av barn med kolik förbättras på komjölksproteinfri kost men det är inte en IgE förmedlad allergi. Endast ett fåtal utvecklar en komjolkproteinallergi. Laktosfri kost har ingen effekt.

Handläggning

Familjen behöver ofta mycket tid och stöd från BHV-sjuksköterskan. Det är viktigt att betona att kolik inte beror på att föräldern gjort något fel. Även om kolik inte är farligt, så är det påfrestande att ha ett barn med kolik. Frustration, hjälplöshet och vanmakt är vanliga känslor hos föräldrar till barn med kolik. Tillstånd såsom postpartum depression och spädbarnsmisshandel har blivit associerat med otröstlighet/ skrikighet hos spädbarn.

Barnet ska erbjudas teambesök för somatisk undersökning för att utesluta annan orsak till skrikighet. Det är viktigt att ta en noggrann anamnes kring matningssituationen, bland annat med antal måltider, mängder, måltidslängd, mammans kost etc.

Egenvård

Bra information kring omvårdnad vid kolik finns på 1177.se och rikshandboken.se.

Några exempel på saker att se över:

- Får barnet tillräckligt med mat? Om mamman ammar uppmuntra att amma oftare och se till att barnet har ett bra tag.
- Matas barnet för mycket och/eller för ofta? Det är lätt att hamna i en ond cirkel med ”mat-skrik-mat”. Prova att glesa ut måltiderna och ta paus under ätandet för att rapa.

Skapad av: Central Barnhälsovård Västra Götaland

Innehållsansvarig: Laslo Erdes på uppdrag för central BHV i VG-regionen

Nyckelord: Kolik

- Om barnet flaskmatas kan det ibland hjälpa med mindre hål på nappen så att maten inte kommer lika fort. Man kan också prova att byta ersättning till någon med annan sammansättning.
- Låta barnet få vara nära, pröva spädbarnsmassage eller bär barnet i sele eller över axeln. På en del BVC erbjuds en kostnadsfri kurs i spädbarnsmassage.
- Prova med tröstnapp om barnet har ett tydligt sugbehov.
- En del upplever att gasbildande livsmedel som t.ex. lök, kaffe, baljväxter, kål etc. kan ge ökade gaser även hos barnet som ammas. Evidens saknas men man kan prova att utesluta, eller minska på, dessa livsmedel i mammans kost under en period vid misstanke att barnet reagerar på något av det.
- Ofta går skrikperioderna att förutse då de kommer vid ungefär samma tidpunkt varje dag. Man kan då prova att ge barnet ett bad eller massera barnet precis innan.

Semper Magdroppar eller Minifom?

Semper Magdroppar som innehåller probiotika (*Lactobacillus reuteri*) upplevs av en del som lindrande, och det finns inga kända bieffekter av dropparna. Rekommendation är fem droppar/dag. Ökad dos har ingen ökad effekt. Evidensläget är svagt men viss effekt har visats främst för barn som får bröstmjolk.

Minifom ("tvållösning" mot gaser) kan provas. Det finns inga kända bieffekter. Evidens från studier saknas.

Mjölkfritt

En tredjedel av barn med kolik förbättras på komjölksproteinfri kost och detta kan testas enligt "Flödesschema för BHV vid mjölkfri kost vid kolik" om ovanstående råd inte gett effekt. Laktosfri kost har ingen effekt.

Akupunktur

Kan provas om ovanstående råd inte hjälper men vetenskapliga underlaget ännu svagt. För att fysioterapeut ska ge akupunktur inom Vårdval rehab krävs skriftlig remiss från BHV-läkare eller BHV-sjuksköterska i samråd med läkare.

Länkar

<https://www.1177.se/Vastra-Gotaland/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Spadbarnskolik/>

<http://www.rikshandboken-bhv.se/Texter/Vanliga-foraldrasfragor/Att-trosta-ett-litet-barn--rad-till-foraldrar-med-barn-upp-till-3-manaders-alder/>

<http://www.rikshandboken-bhv.se/Texter/Buk/Spadbarnskolik/>