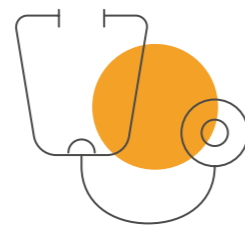
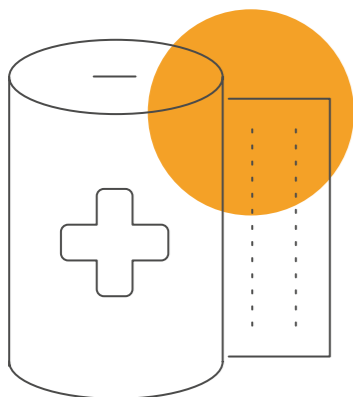


- » Schmerzen rechts unten im Bauch hat.
- » Schmerzen woanders hat als in der Nähe vom Bauchnabel.
- » die Bauchschmerzen über längere Zeit immer wieder kommen.
- » nachts wegen Bauchschmerzen wach wird.
- » stark schwitzt und sagt, die Schmerzen sind wie ein Krampf oder eine Welle.
- » beim Pipi-machen 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.

- » has pain in the lower right side of the stomach.
- » has pain somewhere other than near the belly button.
- » the abdominal pain keeps coming back over a long period of time.
- » wakes up at night because of stomach pain.
- » sweats a lot and says the pain is like a cramp or a wave.
- » has problems making pee-pee.
- » has diarrhoea for several weeks in a row.
- » has diarrhoea over and over again.
- » has blood in their diarrhoea or vomit.
- » loses weight or stops gaining weight. Or has stopped growing.
- » often has a fever.



Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. (DGKJ)
 info@dgkj.de
 www.dgkj.de



MigraDo - Dienstleistungszentrum Migration & Integration
 MigraDo@stadtdo.de
 www.dortmund.de/migrado



Klinik für Kinder- und Jugendmedizin, Klinikum Dortmund gGmbH
 kinderlinik@klinikumdo.de
 www.klinikumdo.de/kliniken-zentren/kliniken/kinder-jugendmedizin/willkommen/



Gesundheitsamt - Kinder und Jugendgesundheitsdienst
 Hoher Wall 9-11, 44137 Dortmund
 53kinder@stadtdo.de



Deutsch



English



Deutsch / English

Wichtige Tipps zum Umgang mit der Erkrankung.



Bauchschmerzen / Stomachache

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 Bauchschmerzen 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.

My child has a stomachache

Children often say: I have a stomach ache. Many parents ask themselves:

- Why does my child have stomach pain?
- How can I help my child with a stomachache?
- When should I take my child to the doctor's office?

This is what we explain to you.

Why does my child have a stomachache?

Finding the reason for a tummy ache is sometimes difficult. Some children get a stomachache when they are upset. But illnesses can also cause tummy aches.



Maybe your child has:

- a „stomach bug“. This is a common illness. With a stomach bug, your child often has diarrhoea. Maybe he or she also has to vomit.
- Constipation. This means that the child cannot poo poo on the toilet. When he or she does poo poo it is often hard and hurts. It may help if your child eats lots of fruit, vegetables and wholemeal bread. If not, go to the doctor's office.

• 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.

• An „irritable bowel syndrome“. This means that your child's intestines are sensitive. Many children with „irritable bowel syndrome“ are helped by learning to relax better.

• an „allergy“ or „intolerance“. This means that your child does not tolerate certain foods. Ask a doctor before leaving out certain foods.

• A „chronic intestinal disease“. These are diseases in the intestines that last a long time. Sometimes they last a lifetime. Ask a doctor about this.

• an „inflammation“. Inflammation means: the body reacts. For example, to viruses or bacteria. An inflammation can be in the intestine or appendix, for example. Or in the bladder. Ask your doctor.

How can I help my child with a stomachache?

This is how you can help your child:

- Talk calmly to your child.
- Allow your child to rest.
- Warm the tummy. For example, there are pillows that you can make warm.
- Give your child something warm to drink.
- Observe how often your child goes to the toilet.

• 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.



• Observe whether your child has diarrhoea.

The stomach ache often goes away on its own after a short time. Do not give any medicine for pain without talking to a doctor.

When does my child need to see a doctor?

Take your child to the doctor's office if you are worried.

You need to see the doctor if:

- Your baby or toddler
 - » is very quiet and not interested in anything.
 - » looks sick and pale.
 - » vomits green.
 - » has blood in the nappy.
 - » has a high fever (over 39°C).
- Your child
 - » has very severe stomach pain.
 - » has stomach pain for a long time.
 - » has been to the toilet but the tummy ache does not get better.