



## Bauchschmerzen bei Kindern

### Was sind Bauchschmerzen?

Bauchschmerzen gehören zu den häufigsten Beschwerden bei Kindern. Die Ursachen können von harmlosen Verdauungsstörungen bis hin zu Infektionen oder stressbedingten Beschwerden reichen.

### Was können Sie tun?

- Sanfte Bauchmassage im Uhrzeigersinn
- Wärmeflasche oder Heizkissen auf den Bauch legen
- Viel Flüssigkeit anbieten, aber keine schweren Mahlzeiten
- Beobachten, ob das Kind weiterhin aktiv ist oder sich ruhig verhält
- Gut verträgliche, leichte Nahrung anbieten, Kamillen-/ oder ab 4 Jahren auch Fencheltee

### Wann zum Arzt?

- Starke Schmerzen, die länger als 2 Stunden anhalten
- Fieber, Erbrechen oder Durchfall
- Blut im Stuhl oder beim Erbrechen
- Anhaltende Appetitlosigkeit oder ungewöhnliches Verhalten

### In der Praxis:

Abklärung der Ursache (z. B. mit Ultraschall oder Stuhluntersuchungen), Beratung zu Ernährung und Flüssigkeitsaufnahme.

**Bei Fragen sind wir gerne für Sie da. Ihr Kinderarztthaus**