



Reflux bij zuigelingen



Uw kind is in het ziekenhuis gezien en door de arts is vastgesteld dat hij/zij klachten heeft die (mogelijk) passen bij **reflux**. In deze folder vindt u meer informatie over reflux en de behandeling.



Wat is reflux?

Bij **gastro-oesofageale reflux** stroomt zure maaginhoud terug naar de slokdarm. *Gastro* betekent maag en *oesofagus* is een ander woord voor slokdarm. Vaak wordt dit kortweg reflux genoemd, deze term zullen we ook gebruiken in de rest van deze folder.

Iedere baby heeft in meer of mindere mate last van reflux. Dit komt doordat de **sluitspier** tussen de slokdarm en de maag bij baby's nog niet volledig ontwikkeld is. Daardoor kan maaginhoud gemakkelijk de slokdarm instromen. Dit gebeurt voornamelijk kort na de voeding en/of wanneer de baby platligt. Bij een 'gewone' reflux spuugt een baby regelmatig, maar heeft hij/zij daar geen last van. We spreken van een **refluxziekte** wanneer een baby door de reflux niet goed groeit of er erg veel pijn van heeft.



Hoe ontstaat reflux?

Zodra de voeding wordt doorgeslikt, komt het in de **slokdarm** terecht. De slokdarm is een gespierde buis die de verbinding vormt tussen de mond en de **maag**. Op de overgang van de slokdarm naar de maag zit een sluitspier (ook wel **sfincter** genoemd). Die sluitspier moet ervoor zorgen dat de zure maaginhoud niet terugstroomt naar de slokdarm.

Wanneer voeding in de maag terecht komt, wordt het vermengd met maagsap. Dit maagsap is erg zuur. De maag heeft een dikke slijmvlieslaag die de maagwand beschermt tegen het zure maagsap.

De slokdarm heeft niet zo'n dikke beschermlaag. Wanneer er zure voeding terugstroomt de slokdarm in, kan dit daarom een vervelend gevoel geven. Als dit regelmatig en gedurende langere tijd gebeurt kan de slokdarm geïrriteerd en ontstoken raken, wat pijnklachten veroorzaakt.



Wat zijn de klachten?

Misselijkheid en **spugen** zijn de meest voorkomende klachten bij reflux. Bij sommige baby's komt de voeding wel omhoog, maar wordt het niet uitgespuugd. De baby kan hier wel last van hebben.

Bij refluxziekte kan uw baby naast misselijkheid en spugen de volgende klachten vertonen:

- **Slecht groeien**
- **Pijn**, dit kan zich uiten in;
 - Langdurige huilbuien
 - Fronsens van het gezicht
 - Gespannen zijn, overstrekken en het hoofd naar achteren 'gooien'
 - Onrust
 - Snel geïrriteerd zijn
 - Kokhalzen
 - Veel slikken
 - Slecht slapen
 - Weigeren van voeding of juist continu willen drinken



Hoe wordt de diagnose gesteld?

Meestal kan de arts op basis van de klachten van uw baby en het lichamelijk onderzoek de diagnose stellen. Soms is het nodig om uw baby langer te observeren, bijvoorbeeld door een ziekenhuisopname van een aantal dagen.



Wat is de behandeling?

Er zijn verschillende mogelijkheden om erge reflux te behandelen. Dit kan door voedingstherapie of door middel van medicijnen. Daarnaast kunnen houdingsadviezen soms helpen.

Doordat de slokdarm vaak al geïrriteerd is, zullen de klachten na het starten van de behandeling niet direct verdwijnen. De slokdarm heeft tijd nodig om te genezen.

Voedingstherapie

Voedingstherapie is de eerste keus voor de behandeling van reflux. Bij voedingstherapie wordt de voeding ingedikt, meestal met **Johannesbroodpitmeel** (Nutriton). Door de voeding in te dikken, kan het minder makkelijk naar de slokdarm terugstromen. Het is goed om te weten dat Johannesbroodpitmeel soms buikkrampen, dunnere ontlasting of juist verstopping (obstipatie) kan veroorzaken.

Medicamenteuze therapie

Wanneer het indikken van voeding niet helpt, kan er worden gestart met medicijnen. Deze medicijnen zorgen ervoor dat het maagzuur minder zuur wordt. Ze worden ook wel **maagzuurremmers** genoemd. Voorbeelden zijn esomeprazol (*Nexium*) en ranitidine. Doordat de maaginhoud minder zuur is zal de slokdarmwand niet meer geïrriteerd raken bij het omhoog komen van voeding. Maagzuurremmers worden vooral voorgeschreven om slokdarmirritatie te behandelen of te voorkomen. Ze voorkomen het omhoog komen van de voeding niet en hebben dus geen effect op het spugen. Maagzuurremmers zijn gelukkig maar bij een minderheid van de kinderen nodig.

Houdingsadviezen

Het kan soms helpen om houdingsadviezen op te volgen. Hierbij zorgt de houding ervoor dat voeding minder snel omhoog komt en dat uw baby minder kans heeft te spugen of zich te verslikken. U kunt uw baby na de voeding een poosje rechtop laten zitten op schoot of in een wipstoeltje.



Wat is het beloop?

De meeste kinderen groeien over hun reflux heen. Ongeveer 60% van de kinderen met een reflux hebben hier rond hun eerste verjaardag geen last meer van. Dit komt omdat ze dan meer rechtop zitten en omdat ze vaster voedsel eten. Na het vierde levensjaar is een reflux bij de meeste kinderen over.



Meer informatie?

Thuisarts – Mijn baby heeft reflux
(www.thuisarts.nl)

*Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen?
Stel ze dan gerust aan de verpleegkundige of kinderarts.*