



Baba hasi panaszok 

# KISOKOS

## A LEGJOBB HELYEN JÁRSZ

Ha ezeket a sorokat olvasod, bizonyára nemrégén született kisbabád vagy unokád, akinek az érkezéséhez szívből gratulálunk! Szülőként, nagyszülőként bizonyára bármit megtennél azért, hogy gyermekedet kiegyensúlyozottnak, elégedettnek és boldognak lásd. Éppen ezért született meg kiadványunk, amelyben végigvesszük a csecsemőknél nem is olyan ritka hasfájásos panaszok lehetséges okait, érintve a szoptatás, a hozzátáplálás és az ételallergiák kérdéskörét, és természetesen abban is segítünk, hogyan tudod enyhíteni kisbabád panaszait.

## FONTOS JELEK, HOGY GOND VAN A POCAKKAL

A leggyakoribb és legegyszerűbb jele a hasfájásnak, hogy a csecsemő gyakran és erőteljesen sír, húzgálja a lábát, puffad és keményedik a hasa, erőlködik, bántják a szelek, valamint megváltozik a széklet gyakorisága és állaga. Bizonyos tünetek egyértelműen utalnak a háttérben meghúzódó gondokra, más panaszok fölött azonban tanácstalanul állunk, és csak találgatni tudunk, hogy pontosan mi is okozhatja őket.

Jó hír, hogy a legtöbb esetben sok türelemmel, odafigyeléssel, néhány szokás megváltoztatásával – na és persze az idő múlásával – mérséklődnek a tünetek, és maguktól elmúlnak. Olvass tovább, és segítünk feltekerkezni a leggyakoribb okokat, és szakemberek tanácsain keresztül igyekszünk enyhíteni a te kisbabád panaszait is.







## Honnan tudod, hogy nagy a baj?



Vannak jelek, amelyeket nem szabad elbagatellizálni!

### MIELŐBB ORVOSHOZ KELL FORDULNI, HA...

- véres székletet látsz a pelenkában;
- kisbabád hosszú órákon át vigasztalhatatlanul sír, és láthatóan fájdalomtól szenved;
- nem fogyaszt elég folyadékot, lecsökken a vizelet mennyisége;
- a baba étkezési szokásai, közérzete, hangulata hirtelen drasztikusan megváltozik, esetleg bágyadt, és látod rajta, hogy „valami nincs rendben”.

## Hasfájás és nyugtalanság az első hónapokban: mire figyelj?

A csecsemőkori hasfájás első kellemetlen jelei leggyakrabban 3 hetes kor körül jelentkeznek, és több hétig vagy hónapig is eltarthatnak. Bár a panaszok a legtöbb esetben maguktól megoldódnak, ez idő alatt is érdemes mindent megtennünk, hogy növeljük gyermekünk komfortérzetét, és segítsük a könnyebb emésztést.

# EZÉRT FÁJ A BABA HASA?

## 6+1 tévhit a szoptatással kapcsolatban



Amikor bárhol megemlítjük, hogy az újszülött vagy pár hónapos csecsemőnk olykor nyugtalan, és sokat sír, nagy valószínűséggel ömleni fognak ránk a kért-kéretlen, generációnként eltérő szokásrendszerből származó tanácsok, mit csináljunk másként, hogy ne legyen „hasfájós” a babánk. **Do Dinh Laura, Semmelweis Egyetemen végzett szoptatási tanácsadó** segített tiszta vizet önteni a pohárba a leggyakoribb hiedelmekkel kapcsolatban, és azt is megosztotta velünk, mire érdemes valóban odafigyelni szoptatáskor és cumisüveges tápláláskor, hogy megelőzzük vagy enyhítsük a hasi panaszokat.

### 1. „VÁRJUK KI A 3 ÓRÁT KÉT SZOPTATÁS KÖZÖTT, ÉS NE ETESSÜK A BABÁT 20 PERCNÉL TOVÁBB”

Az édesanyákat sajnos szokták arra biztatni, hogy időre etessenek, mondván, hogy ha a baba túl gyakran eszik, akkor a félig emésztett és a friss anyatej összekeveredik, és hasfájást okozhat. Ez téves elmélet, ennek a „ráetetésnek” semmilyen tudományos alapja nincs. Az igény szerinti szoptatás a preferált, amikor a babának semmilyen korlátozása nincs abban, hogy milyen gyakran és mennyit lehet mellette.

### 2. „HA FÁJ A BABA HASA, KEZDJEN EL KEMÉNYEN DIÉTÁZNI AZ ÉDESANYA”

Ilyenkor szoktunk odajutni, hogy az anya már a végén csak csirkét eszik rizszel, ami nyilvánvalóan káros. Minden kultúrában vannak olyan ételek, amelyeket kerülendőnek tartanak a szoptató édesanyáknál – nálunk ilyenek a „k” betűs ételek, amelyek puffasztó hatása állítólag átmege az anyatejbe, de ez így nem állja meg a helyét. Nyilván a jelekre figyelni kell, például a tej vagy tejtermékek valóban okozhatnak problémát egy arra érzékeny babánál, de ne gondoljunk mindig a legrosszabbra. Ha sokat fáj a baba pocakja, és valamilyen érzékenységre gyanakszunk, akkor **mielőtt az édesanya diétába kezdene, írjon táplálkozási naplót**: jegyezze fel, hogy mikor mit evett és ivott, és ha van szabályos ismétlődés, mondjuk minden paradicsomszósos tészta után, vagy a köménymagos szoptató tea után nyugtalan a baba, akkor azzal az egy-két étellel legyünk óvatosabbak.



### 3. „BIZTOSAN LAKTÓZÉRZÉKENY A BABA, NEM TESZ JÓT NEKI AZ ANYATEJ”

Laktóztúlerhelés valóban létezik, de ez nem egyenlő a laktózérzékenységgel. Az anyatej laktózban gazdag, és ez így van jól, ám egy újszülött vagy pár hónapos baba emésztőrendszere még éretlen, és elképzelhető, hogy nem termel elegendő laktáz enzimet, ami szükséges a laktóz lebontásához. Ez a helyzet állhat fenn, ha egy bőtejű édesanya azt tapasztalja, hogy a babája sokat nyugós, gyakran pukizik, valószínűleg fáj a hasa, és a kaki zöldes-habos. Ilyenkor **meg lehet próbálni az óvatos blokkszoptatást**, vagyis ugyanazt a mellet használni minél több órán át – természetesen figyelve a baba és az édesanya igényeire is, nehogy gyulladást okozunk a másik mellnél. A blokkszoptatás célja, hogy a baba a kevésbé zsírdús, viszont laktózban gazdag „első tej” után, a mell ürülésével a zsírosabb, laktózban szegényebb „hátsó tejhez” is hozzájuthasson. Így elkerülhetjük a laktóztúlerhelést, és az ezzel összefüggő hasi panaszokat is.







## EZÉRT FÁJ A BABA HASA? 6+1 tévhit a szoptatással kapcsolatban

### 4. „HA CSAK SZOMJAS A BABA, A ZSÍROS ANYATEJ HELYETT ITASD INKÁBB VÍZZEL”

Erre azt tudom mondani, hogy Afrikában is elég az anyatej, ott sincs szükség a kizárólagosan szoptatott baba itatására. Az anyatejet mindig a baba igényeinek megfelelő összetételben kapja a gyermek.

### 5. „BÜFIZTETNI MINDEN ETETÉS UTÁN KÖTELEZŐ”

Szoptatási helyzet esetén egy zárt rendszerről beszélünk, oda levegő nem kerül be. Inkább csak akkor fordulhat elő, ha a baba közvetlenül etetés előtt nagyon sír, és zihálva veszi a levegőt. Sok baba például bele is alszik a szopiba, ilyenkor nem szükséges felébreszteni – nem lesz semmi baja, ha kimarad a büfiztetés. Ha viszont etetés után a baba nyugtalan, sírdogál, akkor egyszerűen vegyük fel, és a függőleges helyzet ki fogja hozni a bent ragadt levegőt, nem kell fél óráig masszírozni vagy paskolgatni. **Üvegből etetett csecsemőknél viszont valóban figyelni kell a büfiztetésre**, mert ők nyelhetnek levegőt.

### 6. „VESZÉLYES, HA SOKAT BUKIK A BABA ETETÉS UTÁN, BIZTOSAN REFLUXOS”

A nagy mennyiségű bukástól általában megijednek a szülők. De gondoljunk csak bele, az első hónapokban a babának is meg kell tanulnia, hogy mennyit ehet, másrészt a gyomor és a nyelőcső záróizmai még fejletlenek, nem tudják bent tartani a nagy lendülettel visszainduló anyatejet vagy tápszert. De így legalább távozik a felesleg, és elkerülhetjük a hasfájást. **A bukás tehát kifejezetten hasznos is lehet, ne ijedjünk meg tőle!** Csak akkor érdemes refluxra gyanakodni, ha más tüneteket is látunk rajta, például nagyon nyugtós, síró, nem gyarapszik eléggé. Ha viszont mosolygós, jól gyarapszik, hiába bukik óriásiakat, teljesen normális folyamatról van szó.

### +1 „A CUMISÜVEGES ETETÉS SOSEM LESZ OLYAN MEGHITT, MINT A SZOPTATÁS”

Akár lefejt anyatejet, akár tápszert kínálunk a kisbabáknak cumis-üvegből, ugyanúgy **megeteremthetjük a bőr-bőr kontaktust és a bensőséges kapcsolatot, mint szoptatáskor.** Létezik gyengéd cumisüveges etetési módszer is, amely során a baba minél függőlegesebb helyzetben van, az üveget pedig minél vízszintesebben közelítjük felé. Az orrától a szájáig megcsiklandozva kínáljuk neki, és etetés-kor időnként kihúzzuk a szájából, figyelve, hogy eleget evett-e. Így nem ömlik a szájába a tej vagy a tápszer, és meg tudjuk valósítani az ideális igény szerinti etetést, pont úgy, mint szoptatáskor. Ezzel a módszerrel pedig elkerülhetjük a tületetést és a hasfájást is, mert nem eszik sokkal nagyobb adagot rövid időn belül, mint amennyire tényleg szüksége van.

# A PÜRÉ- ÉS FALATKAKORSZAK: hasi panaszok a hozzátáplálás idején



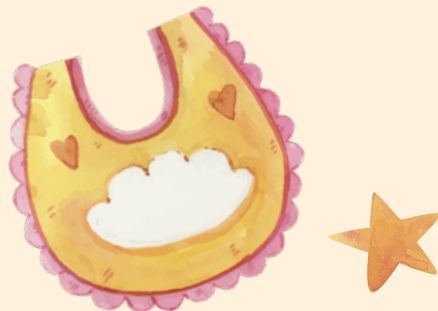
Féléves kor körül elérkezik az idő, hogy kisbabánk az anyatej vagy tápszer után megismerkedjen az ételekkel. A különböző alapanyagok és ételtípusok pocakkímélő bevezetéséről **Ambrus Évát, a Manó Menü** alapítóját, az **Anyá, kérek még! - Hozzátáplálás egyszerűen** című könyv szerzőjét kérdeztük.

**- Mire kell különösen figyelni a hozzátáplálásnál, ha szeretnénk elkerülni a hasfájást, puffadást a kisbabánknál?**

- A hasfájást legtöbbször a felesleges levegő okozza. A pürék készítésekor rengeteg levegő kerül az ételbe, és bár lazának, habosnak, igazán jó állagúnak érezzük a pépet, valójában ez a benne lévő levegőbuborékoknak köszönhető - ami bizony az arra érzékeny babapocacnak nem biztos, hogy jót tesz. Azt javaslom, hogy **turmixolás után kanállal néhányszor kevergessük át az ételt**, így el tudjuk távolítani a felesleges levegőbuborékokat.

**- Vannak-e olyan alapanyagok, amelyek az átlagosnál többször okoznak panaszt, ezért körültekintően kell bevezetni őket a baba étrendjébe?**

- Vannak, de nagyon fontos, hogy ezek kínálását sem szabad kihagyni, mert bizony sokkal ritkábban fordul elő probléma, mint azt gondoljuk. Ilyenek a tipikusan "k" betűsként jelölt alapanyagok (káposzta, karalábé, kelbimbó stb.) illetve a zöldborsó. Azt ajánlom, hogy a megismertetéskor kisebb mennyiségben keverjük őket a baba ételéhez, vagy adjuk (a megfelelő) darabos formában párolva, és inkább fokozatosan növeljük az adagokat, így láthatjuk, hogyan reagál babánk pocakja az új alapanyagra. Fontos azonban megjegyezni, hogy nagyon egyedi minden gyermek, így azt, hogy kinél mi fog hasfájást okozni, soha nem tudhatjuk előre. **Így ne mások véleményére, csakis saját babánk jelzéseire legyünk figyelmesek.**



**- Van-e még valamilyen ajánlás, amire érdemes odafigyelnie a szülőknek a hozzátápláláskor?**

- Az étel állaga, hőmérséklete, mennyisége mindig olyan és annyi legyen, amit gyermekünk szívesen fogad, jóízűen eszik meg. Többször tapasztalom a szülőknél, hogy kevesebb ételt adnak gyermeküknek azért, hogy megelőzzék a hasfájást, sokszor olyan helyzetekben is, amikor ez nem indokolt. Amíg gyermekünk jóízűen eszik, nyitja a száját vagy önmaga falatozik, nyugodtan adhatjuk neki az ételt. Hiszen **a jóllakottság érzését neki kell megtanulnia** - és ez egy nagyon fontos mérföldkő a hozzátáplálás során. Az ételkészítés módjánál a párolást tudom kiemelni, mert ez a legkíméletesebb az alapanyagokhoz és a baba pocakjához is. Minden olyan ételkészítési módot, amely porzanyag képződésével jár, mint például a grillezés, lehetőleg próbáljunk az első születésnap utáni időszakra halasztani.





# A RETTEGETT ÉTELALLERGIÁK: diétázzunk vagy ne?



A csecsemőkori hasfájás minden harmadik csecsemőt érinthet. Csecsemőkorban a gyermekek többet sírnak, mint más életkorokban, ennek a hátterében leggyakrabban hasfájást feltételeznek. A hasfájós csecsemők szülei egy idő után, ha a tüneteket más módszerrel nem sikerül mérsékelni, gyakran elkezdnek valamilyen ételallergiára gyanakodni a háttérben. Azt tapasztaljuk, hogy ma már több a táplálékallergiás gyermek, mint 20-30 évvel ezelőtt volt, de valójában még mindig nem akkora az arányuk, mint gondolnánk. „A kutatások szerint a megkérdezettek 12-40 százaléka gondolja azt, hogy a gyermeke vagy saját tünete miatt, például a hasfájásért valamilyen allergia felelős, ám a diagnosztikai vizsgálatokkal csak 2-3 százalékuknál mutatható ki az allergiás ok” – mondta el

**Dr. Szentannay Judit gyermek-gasztroenterológus** a Kulcs Patikák [Kérdezd a gyógyszerészt!](#) című szakmai műsorában.

A csecsemőkori **kólika** általában 4-5 hónapos korig tart, az oka a gyomor-bélrendszer éretlensége, a bélrendszer túlzott perisztaltikája, a bélflóra megváltozása, illetve a családban észlelhető bizonytalanság és feszültségek is fokozhatják a tüneteket. A funkcionális körképek közé soroljuk, mert általában a különböző vizsgálatokkal nem tudunk kórokozót kimutatni.

Ha a hasfájás visszatérő vagy elhúzódó, esetleg egyéb tünetek kísérik (lassult súlyfejlődés, nagyon gyakori bukások, kifejezett ekcémás tünetek, véres széklet vagy hasmenés), akkor felmerül a háttérben táplálékallergia, érdemes egyeztetni gyermekorvosunkkal a további teendőkről. „Saját döntés alapján soha ne vegyünk ki különböző élelmiszereket a gyermek étrendjéből, mert súlyos hiánybetegséget okozhatunk. A diétáról minden esetben konzultáljunk orvossal” – tanácsolja a szakember.

Jó hír azonban, hogy van, amit tényleg tehetünk a megelőzés érdekében! A gyermek-gasztroenterológus szerint csökkenthetjük a táplálékallergiák kialakulásának esélyét csecsemőnkénél, ha figyelünk az alábbiakra:

- ✓ lehetőség szerint minimum 4, de inkább 6 hónapig szoptatjuk a kisbabánkat;
- ✓ a hozzátáplálást a javasolt ajánlás szerint, a betöltött 4. és 6. hónap között kezdjük;
- ✓ 1 éves korig a leggyakoribb allergéneket bevezetjük a gyermek étrendjébe;
- ✓ és a száraz, atópiás bőrt ápoljuk, mert érdekes módon nyitott kapu lehet az allergének számára.

Dr. Szentannay Judit ugyanígy óva int minden édesanyát attól, hogy preventív célból diétázzon a várandósság vagy szoptatás alatt, így próbálván elejét venni gyermekénél a későbbi táplálékallergiának, mert ennek jelenleg igazolt preventív hatása nincsen.

## Az „árulkodó” kaki

Amikor a csecsemő nyugtalansága mögött hasfájást gyanítunk, érdemes megvizsgálni a székletét is, mert fontos támpontot adhat. Dr. Szentannay Judit gyermek-gasztroenterológus szakmai [Facebook oldalán](#) fotókkal és pontos leírásokkal mutatja be, mikor normális a csecsemőszéklet, és mikor forduljunk orvoshoz. „Nem köros, ha a csecsemő széklete sárga, barna vagy zöld, ha az anyatejes gyermeknek naponta többször vagy akár csak hetente egy alkalommal van széklete, és a gyermek szemlátomást jól fejlődik. Köros és orvosi vizsgálatot igényel a fehér vagy a fekete széklet, a véres vagy a kifejezetten nyákos széklet. Illetve a kiszáradással fenyegető vagy lázzal járó hasmenéses széklet.”

**Espumisan**<sup>®</sup>  
100 mg/ml belsőleges emulziós cseppek

Berlin-Chemie/A. Menarini Kft.  
1087 Budapest, Hungária krt. 30/A  
Tél.: +36-1-799-7320  
 **BERLIN-CHEMIE  
MENARINI**  
Innovációval az életminőség javításáért.

NAGY KÖNNYEBBSÉG A KIS POCÁKNAK



**FELSZÍVÓDÁS  
NÉLKÜL HAT!**

- 🔴 Cukormentes
- 🔴 Laktózmentes
- 🔴 Parabénmentes



**SZUNDÍTÓ**  
Altató hangok babáknak

Töltsd le az Álom applikációt a leghasznosabb altató hangokkal, és vedd fel a saját dalaidat is!

Szimetikon tartalmú, vény nélkül kapható gyógyszer bélgáz okozta gyomor-bélrendszeri panaszokra.

[www.espumisan.hu](http://www.espumisan.hu)

HU-ESP-19-2023-V01-pos-#39094  
Lezárás dátuma: 2023.11.20.

**A kockázatokról és a mellékhatásokról olvassa el a betegtájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!**

## MÉG TÖBB ÖTLET, HOGYAN ENYHÍTSD A TÜNETEKET



### Hallgass az ösztöneidre!

Bár az idő sok panaszon segít, szülőként, nagyszülőként természetesen nagyon rossz nézni a legkisebb családtag szenvedését. Meglepő, de sokszor a legegyszerűbb, legkézenfekvőbb módszerek válnak be a legjobban. Összegyűjtöttünk még néhány tanácsot, hogyan segíthetsz kisbabádnak elviselni a fájdalmat. (Hozzá kell tennünk, sok esetben tévesen beszélünk fájdalomról, ám a csecsemők sajnos nem tudják elmondani, pontosan mit éreznek. Szerencsére ezek a tanácsok minden enyhébb diszkomfortérzetre, ismeretlen eredetű nyűgösségre is meglepően hatásosak.) Kísérletezd ki, nálatok mi válik be. Bátran nyúlj saját ötletekhez is, légy kreatív, és hallgass a megérzéseidre!

**1. Babusgasd!** Anya és apa ölében a legjobb: egy nyűglődő kicsinek, aki már besokallt a világ ingereitől, hihetetlenül jól tud esni a simogató érintés, a dédelgetés, az összebújás, az együtt alvás.

**2. Ringasd!** Számtalan eszköz, rezgős hinta, mozgó pihenőszék kapható a piacon, amiket általában szeretnek is a kicsik. Ám ne feledd, hogy a karjaid között érzi magát a legnagyobb biztonságban. Fektesd a babát hason az alkarodra, és sétálgass fel-alá a lakásban: csodásan el szoktak így lazulni a csecsemők. Az óvatos táncot is kipróbálhatod, könnyen előfordulhat, hogy kisbabád el is alszik ebben a pozícióban.

**3. Hordozd!** Itt is a testközelség a kulcs: a néhány hónapos babát kösd magadra elől rugalmas kendőben vagy más, megfelelő hordozóeszközben. Fontos, hogy feléd nézzen, így egészséges testtartásban pihenhet. A legtöbb baba hamar megnyugszik ebben a pozícióban, és a pocakfájásra is jó hatással van. Ha nem boldogulsz egyedül, kérd hordozási tanácsadó segítségét.



**4. Melegítsd a hasát!** Egy vasalóval felmelegített textilpelenka csodákra képes, de direkt erre a célra kitalált meggymagpárnát is vásárolhatsz vagy készíthetsz.

**+1 Nyugodj meg!** Meglepő, de a szülői stressz is növelheti a

hasi diszkomfortérzetet a csecsemőknél. Dr. Cseh Áron, az I. Sz. Gyermekgyógyászati Klinika

egyetemi adjunktusa szerint számos vizsgálat bizonyította, hogy a fokozott szülői stressz, vagy az anya-gyermek kapcsolatban fennálló konfliktus

hozzájárulhat a hasfájás kialakulásához. „Az első gyermekes szülők például gyakrabban számolnak be kólikáról, ami vélhetően az idegeskedés, a kezdeti

stressz számlájára írható” – fejtette ki a [Semmelweis.hu](http://Semmelweis.hu)

portálon. Tehát: ne nyugtalankodj, ne hibáztasd magad! Fogadd el, hogy a

hasfájás, a sírás és a nyűgösség teljesen átlagos jelenség a kisbabáknál,

és tudatosítsd magadban, hogy te mindent megteszel a panaszok enyhítéséért.







# BABAMASSZÁZS

## – oktatóvideóval



Ha még nem próbáltad, érdemes megtanulni: a hasmasszázs segíti a baba megkönnyebbülését, vagyis a kisbaba könnyebben megszabadul a hasát bántó gázbuborékoktól, és székrekedés esetén is jótékonyan hat. A hasmasszázs emellett fejleszti a baba emésztőrendszerét, ezzel segítve annak hatékonyabb működését.

### A HASMASSZÁZS LÉPÉSEI MOLNÁR ZSÓKA OKLEVELES BABAMASSZÁZS-OKTATÓTÓL:

1. Dörzsöld össze olajos tenyeredet, majd fektesd a baba hasára. Pihentesd kezedet kisbabád hasán kis ideig, beszélj hozzá nyugtató hangon, jelezd neki, hogy segíteni szeretnél. Kezed melege segít ellazítani a baba hasizmait, és felkészíti őt a masszázusra.
2. Zárt tenyérrel simíts lefelé a baba hasán, a bordák alól egészen a pocakja aljáig. Mindkét keziddel felváltva simíts 6-6 alkalommal.
3. Told fel a baba térdeit a hasára 6-10 másodpercre.
4. Írj le 6 órajárásával egyező kört kisbabád hasán.
5. Told fel ismét térdeit a hasára 6-10 másodpercre.
6. Írj le 6 félkört (fordított U betűt) kisbabád hasán.
7. Ismét told fel a térdeit.
8. Jobb kezed ujjbegyeivel lépegess végig a baba hasán (a te szemszögéből nézve) balról jobbra haladva. Ezt ismételd meg legalább 3-szor.
9. Told fel a térdeit a hasára.
10. Ismételd meg még 2-szer egymás után ezt az egész sorozatot. Ideális esetben pedig naponta legalább 2-szer végezd el a teljes gyakorlatsort.

Masszázs végén mindig dicsérd meg kisbabádat, hogy mennyire ügyes volt, és ajándékozd meg sok puszival és öleléssel.

[Tudj meg még többet a babamasszázsról, és nézd meg oktatóvideónkat a honlapunkon!](#)



# HA KOMOLYABB SEGÍTSÉG KELL, irány a patika



Megértünk, ha aggódsz kisbabád tünetei miatt, és úgy döntesz, hogy a fenti praktikaikon és tanácsokon túl a gyermekorvosi rendelőben vagy a gyógyszerértárban kérsz további útmutatást. A tapasztalat szerint a néhány hetes vagy hónapos csecsemők szülei legtöbbször azért fordulnak szakemberhez, mert haspuffadásra, hasfájásra gyanakszanak. „A leggyakoribb ok, hogy még fejletlen a baba bélfloója. Ebben az esetben különféle szimetikontartalmú cseppeket szoktunk javasolni, amelyek semlegesíteni tudják a gázképződést és a puffadást” – mondta el kérdésünkre **Dr. Tóth Pál gyógyszerész**, hozzátéve, hogy probiotikum már születéstől kezdve adható a babáknak, hogy minél korábban kialakuljon a bélfloójuk.

„Tápszeres csecsemők visszatérő emésztőrendszeri panaszai esetén – például, ha sokat bukik a baba, vagy felmerül a laktóztolerancia gyanúja –, laktáz enzimet tartalmazó készítményeket és speciális tápszereket is lehet kapni, amelyek orvosolják a kialakult problémát” – tudtuk meg Dr. Tóth Páltól.

A baba székrekedése miatt is gyakran kérnek segítséget a szülők a patikában. Ennek oka lehet a már említett fejletlen bélfloóra, később pedig akár pszichés gát is jelentkezhet a kisgyermekeknél. A gyógyszerész szerint indokolt esetben segíthet székletlágylító vagy glicerines kúp használata, nyugodtan kérjünk segítséget a gyógyszerértárban. Hasfájásra a különböző, csecsemőknek szánt teakeverékek is enyhülést hozhatnak, görcsoldó és nyugtató hatásukkal csökkentik a tüneteket. Dr. Tóth Pál az édesköményt említette, mint leggyakrabban használt és hatásos gyógynövényt, amely a babateáknak is jellemző összetevője.

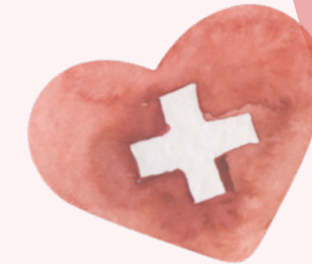
Mielőtt bármilyen gyógyszerértári készítményt adnál a kisbabádnak, mindig figyelmesen olvasd el a betegájékoztatót, és **kérd ki a gyermekorvos vagy a gyógyszerész véleményét!**

**LÁTOGASS EL A LEGKÖZELEBBI KULCS PATIKÁBA, AHOL MINDIG SZAKÉRTŐ TANÁCSOKKAL VÁRUNK.**

Szívből kívánjuk, hogy gyermeked hasi panaszai minél hamarabb enyhüljenek, és még kiegyensúlyozottabb, még mosolygósabb babaként fedezhesse fel az őt körülvevő világot! Reméljük, hasznosnak találtad kiadványunkat, és tudtál belőle ötleteket meríteni, sőt, talán rövid vagy hosszú távú megoldást is találni a saját problémáitokra. Ha tetszett, oszd meg más kisbabás és gyermeket váró családokkal is!

**Kulcs Patikák**

[www.kulcspatikak.hu](http://www.kulcspatikak.hu)





# NATURLAND®

a.D. 1989

# Egy életen át



## BABAPOCAK teakeverék

- újszülött kortól
- A kamillavirágzat és keserű édesköménytermés segíthet emésztési zavar, enyhe hasi görcs és puffadás esetén.



## BABAHINTŐPOR

- egyenletesen eloszlik
- hatékony nedvszívó képességű
- összetevői a baba érzékeny bőrét szárazon tartják és megőrzik selymességét
- nem csomósodik
- kellemes babailatú



## HYDROPHILICUM BALNEO

- csecsemőknek, gyermekeknek és felnőtteknek mindennapos használatra
- száraz és vízhiányos bőr kíméletes tisztítására és testápolására
- nem tartalmaz parabén tartósítószert



## HYDROPHILICUM KRÉM NEO

- csecsemőknek, gyermekeknek és felnőtteknek mindennapos használatra, fürdésre és testápolásra
- hosszantartó ápolást nyújt és puha érzetet ad bőrnek
- shea vaj, kókuszolaj és Aqua purificata hozzáadásával
- nem tartalmaz parabén tartósítószert