

**Obstipasjon Behandlingslinje - Informasjon til skole og barnehage, Barne- og ungdomsavdelingen, SSHF**

Side 1 av 4

Dokument ID:  
**I.3.3.14.1-8**Godkjent dato:  
**27.04.2026**Gyldig til:  
**27.04.2028**Revisjon:  
**3.02**

Fagspesifikke prosedyrer/Barn og unge/Mage og tarm/Obstipasjon - Behandlingslinje

## INFORMASJON TIL BARNEHAGE/SKOLE/SFO

## HVA ER FORSTOPPELSE/OBSTIPASJON?

Obstipasjon er en vanlig tilstand hos barn og ungdom og en hyppig årsak til magesmerter.

Vanligvis oppstår forstoppelsesproblematikken i det barnet begynner med toalettrening, eller når det begynner på skolen. Barn som ikke klarer å tømme tarmen fullstendig sliter ofte med følelsen av ikke å mestre. De kan slite med ulike symptomer som magesmerter, kvalme, hodepine, luft i magen og hard mage. Det fører til at en del barn blir utilpass og til tider sårbare eller irritable. Det kan fort bli et samtaleemne blant klassekamerater og lekekompiser i barnehagen. Mer ubehagelig blir det for en stor andel av barn med forstoppelse som også sliter med at det siver ut avføring ukontrollert. Dette kan lett bli hemmende sosialt.

Barn har lett for å påta seg skyld, og forventningspresset om å fikse problemet kan raskt bli en negativ faktor. Dette kan oppstå selv om voksenpersoner rundt barnet ikke har uttrykket konkrete forventninger. Enkelte pårørende bærer også på følelsen av at de ikke har mestret å lære barnet do-rutiner. En slik hverdagssituasjon blir for mange familier en tung byrde å bære. For de barna som er hardt rammet fører problematikken til en del fravær fra skolen og mangel på konsentrasjon i skoletimene. Dette kan få konsekvenser for hvor mye de lærer av det faglige i skolen.

Behandling

Enkelte barn har en alvorlig kronisk forstoppelse som gjør at de trenger behandling ved spesialisthelsetjenesten. Sentrale faktorer som blir lagt vekt på ved en innleggelse i SSHF er:

1. Do-rutine: Det er viktig å innarbeide en rytme i tømming av tarmen. Blir barnet og tarmen vant til en regelmessig rutine dag etter dag, vil tarmen lettere begynne å samarbeide. Men det er viktig at do-treningen ikke bærer preg av tvang eller forbundet med skjenn. Vi anbefaler at barnet sitter på do etter ett fast måltid i ca 10 min, men dette må vurderes ut ifra alder og modenhet. Do-aktivitet registreres på do-skjema, som er et hjelpeverktøy for å opprettholde do-rutiner
2. Kosthold: Variert kosthold øker aktiviteten i tarmen.

Utarbeidet av:  
**POP-prosjekt 2010**Fagansvarlig:  
**Beate Matre**Godkjent av:  
**For fagdirektør, overlege Per  
Kristian Hyldmo**

		<b>Obstipasjon Behandlingslinje - Informasjon til skole og barnehage, Barne- og ungdomsavdelingen, SSHF</b>			<b>Side: 2</b> <b>Av: 4</b>
Dokument-id: I.3.3.14.1-8	Utarbeidet av: POP-prosjekt 2010	Fagansvarlig: Beate Matre	Godkjent dato: 27.04.2026	Godkjent av: For fagdirektør, overlege Per Kristian Hyldmo	Revisjon: 3.02

Fagspesifikke prosedyrer/Barn og unge/Mage og tarm/Obstipasjon - Behandlingslinje

3. Aktivitet: En forutsetning for at maten kan bevege seg gjennom tarmen er at barnet holder seg i fysisk aktivitet. Det gjelder særlig aktivitet som innebærer høyere intensitet og støt. Det betyr at løping og hopping er spesielt gunstig. Barn med forstoppelse reagerer ulikt med tanke på aktivitet. Enkelte har uro i kroppen på grunn av ubehag (magesmerte/kvalme). Noen blir sittende mye stille i redsel for at avføring skal sive ut (enkoprese).
  
4. Medisinering: Ved forstoppelse trenger barnet avføringsmiddel over tid for at avføringen skal holde seg myk og gjøre det greit å tømme tarmen. Det er viktig at medisinen blir tatt regelmessig. Det varierer når på dagen barnet trenger å ta medisinen. I enkelte tilfeller trenger barnet sin medisin midt på dagen. Det vil si i barnehage/skoletid.
  
5. Vi oppfordrer de pårørende om å snakke igjennom:
  - Hvordan har barnet det i barnehagen/på skolen/ved sfo?
  - Hvilken voksenstøtte trenger barnet for å oppleve mestring med tanke på forstoppelsesproblematikken?
  - Hvordan kan barnet få en konsekvent oppfølging av sentrale voksenpersoner (pårørende, besteforeldre eller annen slekt, personal ved barnehage/skole/sfo)?

### **Samarbeid barnehage/skole/sfo**

En del av opplæringen ved Barne- og ungdomsavdelingen er også å sikre at gode rutiner blir ivaretatt når barnet er i barnehagen/skole/sfo. Vi opplever det som en styrke for barnet at dialogen er åpen og informativ. Det gjør det lettere å opprette avtaler som er til barnets beste. Pårørende av barn med forstoppelse trenger hjelp til å legge praktiske planer for skolehverdagen.

Vi forslår følgende punkter som grunnlag for samtaler med pårørende og eventuelt barnet:

- Tilrettelegging i hverdagen – avtale med kontaktlærer hvem som skal informeres og være involvert.
- Do-forhold: Flere av barna med nevnte utfordringer har vanskeligheter med å kjenne når de må på do. Derfor er det viktig at do-rutiner er faste. Trenger barnet for eksempel å bruke en annen do enn de øvrige barna? Dette kan fremme ro rundt do-besøk. Ved bruk av eventuelt lærers toalett kan man for eksempel feste en lapp på døra som et tegn på at nå er dette barnet på toalettet. Det kan forhindre at andre tar i døra som igjen kan virke stressende på et barn som allerede sliter med å slappe av når det sitter på do.

		<b>Obstipasjon Behandlingslinje - Informasjon til skole og barnehage, Barne- og ungdomsavdelingen, SSHF</b>			<b>Side: 3</b> <b>Av: 4</b>
Dokument-id: I.3.3.14.1-8	Utarbeidet av: POP-prosjekt 2010	Fagansvarlig: Beate Matre	Godkjent dato: 27.04.2026	Godkjent av: For fagdirektør, overlege Per Kristian Hyldmo	Revisjon: 3.02

Fagspesifikke prosedyrer/Barn og unge/Mage og tarm/Obstipasjon - Behandlingslinje

- Faste rutiner: Kan en miljøarbeider/assistent ta ansvaret for at barnet får gått på do når dette er nødvendig?
- Det er viktig å være diskret. Flere bruker et tegn eller et bestemt ord som minner barnet på når det skal gå på do.
- Loggføring av do-besøkene ved barnehage/skole/sfo kan være aktuelt for at barnet og dets foreldre har oversikt over hvordan fremgangen er. Men dette må gjøres diskret med tanke på øvrige barn som er tilstede.
- Gå nøye gjennom avtalte planer slik at alle er innforstått med hvordan man skal gå frem.
- Hvis det skulle skje uhell på skolen er det lurt å ha avtalt på forhånd hvordan man skal gå frem. For enkelte er det fint om skiftetøy ligger et annet sted enn hvor øvrige barn oppholder seg slik at barnet slipper å forklare hva som har skjedd.

Enkelte velger å informere de andre elevene i klassen om problematikken. Hvis dette er aktuelt må det avtales i forkant med både foreldre og barnet det gjelder. Da er det viktig å være enig om hva som skal informeres om. Vi tror at det er gunstig å holde fokus på at tarmen ikke jobber som den skal og at det er det som er årsaken til problemene. Det kan også være nyttig for de andre elevene å vite at barnet går på medisiner og trener tarmen til å fungere skikkelig igjen. Enkelte barn opplever det befriende at voksenpersoner tar dette opp med lekekamerater/klassekameratene. Men andre barn ønsker at vennene skal vite minst mulig om det de sliter med. Det finnes ikke et fasitsvar på hva som er best. Dette må være en individuell vurdering.

### Kryssreferanser

<a href="#">I.3.3.14.1-5</a>	<a href="#">Obstipasjon Behandlingslinje - Forebygging av obstipasjon, Barne- og ungdomsavdelingen, SSHF</a>
<a href="#">I.3.3.14.1-6</a>	<a href="#">Obstipasjon Behandlingslinje - Hva er obstipasjon/forstoppelse, Barne- og ungdomsavdelingen, SSHF</a>
<a href="#">I.3.3.14.1-12</a>	<a href="#">Obstipasjon Behandlingslinje. Medisinsk behandling av barn med kronisk funksjonell obstipasjon - Barne- og ungdomsavd SSHF</a>
<a href="#">I.3.3.14.1-14</a>	<a href="#">Obstipasjon Behandlingslinje- Obstipasjon hos barn innlagt ved Barne- og ungdomsavdelingen SSHF</a>
<a href="#">I.3.3.14.1-17</a>	<a href="#">Obstipasjon Behandlingslinje "Tarmtrøbbel" Barne- og ungdomsavdelingen, SSHF</a>

 SØRLANDET SYKEHU	<b>Obstipasjon Behandlingslinje - Informasjon til skole og barnehage, Barne- og ungdomsavdelingen, SSHF</b>				<b>Side: 4</b> <b>Av: 4</b>
Dokument-id: I.3.3.14.1-8	Utarbeidet av: POP-prosjekt 2010	Fagansvarlig: Beate Matre	Godkjent dato: 27.04.2026	Godkjent av: For fagdirektør, overlege Per Kristian Hyldmo	Revisjon: 3.02

Fagspesifikke prosedyrer/Barn og unge/Mage og tarm/Obstipasjon - Behandlingslinje

## Eksterne referanser