

Information zur Therapie mit Sennesblätter-Extrakt

Liebe Eltern,

Bei ihrem Kind besteht eine **chronische Verstopfung ggf. mit Enkopresis (Einstuhlen)**, welche mit **Sennesblätter-Extrakt** behandelt wird.

• Was ist Sennesblätter-Extrakt?

Es handelt sich um ein **pflanzliches Arzneimittel**, welches aus Sennesblättern gewonnen wird. Sennesblätter werden bereits seit mehreren hundert Jahren zur Stuhlregulation verwendet. Die Einnahme von Sennesblätter-Extrakt führt im Gegensatz zu Stuhlweichmachern (z.B. „Movicol“, „PEG“, „Laxbene“) zu einer Anregung der Darmbeweglichkeit und somit zu regelmäßigem Stuhlgang. Der regelmäßige Stuhlgang sorgt für eine effektive Entleerung des Mastdarms. Insbesondere bei Patienten mit einer sog. Überlaufenkopresis (Einstuhlen aufgrund einer chronischen Verstopfung) kann durch Sennesblätter in der Regel schon kurzfristig eine Kontinenz erreicht werden.

• Wie wird Sennesblätter-Extrakt verabreicht?

Sennesblätter-Extrakt wird vor dem Einschlafen eingenommen, um eine morgendliche Stuhlentleerung zu ermöglichen. Als Darreichungsform sind Dragees (z.B. Senna 19®; 14mg Sennosid B pro Dragee) üblich. Alternativ stehen Granulat (z.B. Alasenn®; 15 mg Sennosid B pro Messlöffel) oder Tee zur Verfügung.

• Welche Dosis soll eingenommen werden?

Es gibt keine vorgegebene Dosierung, sondern ein vorgegebenes Ziel. Das Ziel ist ein **Stuhlgang** (bis zwei) von weicher Konsistenz, ohne Schmerzen und ohne Pressen **pro Tag** abzusetzen. Die notwendige Dosis, um dieses Ziel zu erreichen ist von Kind zu Kind unterschiedlich sowie je nach Ernährung, Trinkmenge und Bewegung des Kindes anzupassen. Wir empfehlen bei einer **Startdosis** von **ca. 2mg/kg/Tag**. Je nach Stuhlkonsistenz und Frequenz sowie Uhrzeit des Stuhlgangs wird die Dosis angepasst oder die Uhrzeit der Einnahme geändert. *Anpassungsbeispiel: Wird der Stuhl fester, weil ihr Kind weniger getrunken oder mehr Süßigkeiten gegessen hat, so verabreichen Sie ihrem Kind 3 statt 2 Dragees. Hat ihr Kind mehrfache, dünne Stühle so reduzieren Sie die Dosis auf 1 Dragee und verabreichen zusätzlich wasserlösliche Faserprodukte (wie z.B. OptiFibre®, Startdosis: 2x2g pro Tag). Zur Anpassung können Sie sich jederzeit unter den Ihnen bekannten email-Adressen mit uns rücksprechen.*

• Gibt es Beschwerden oder Probleme bei der Einnahme?

Die meisten Kinder haben bei der Therapie mit Sennesblätter-Extrakt keine Beschwerden. Unter der Behandlung können krampfartige Bauchschmerzen sowie eine Verfärbung der Darmschleimhaut auftreten, die sich nach Therapieende vollständig zurückbilden. Wenn Ihr Kind diese Symptome zeigt, sollte die Dosis nicht ohne Rücksprache mit uns erhöht werden.

• Ist die Therapie für Kinder gefährlich? Ist eine langzeitige Anwendung gefährlich?

Die Verabreichung von Sennesblätter-Extrakt ist für Kinder mit chronischer Verstopfung ein anerkanntes Therapieverfahren und absolut unbedenklich. Die Anwendung wurde von der Arzneimittelkommission des Universitätsklinikums Leipzig genehmigt.

Information zur Therapie mit Sennesblätter-Extrakt

Die Wirksamkeit und Unbedenklichkeit auch im Rahmen einer Langzeitanwendung (unter ärztlicher Aufsicht) ist durch zahlreiche Studien belegt; ein Abhängigkeitspotenzial oder Entartungsrisiko besteht nicht ¹⁻³.

• Was kann ich noch tun, um die Therapie zu unterstützen?

Neben der Therapie mit Sennesblätter-Extrakt gibt es viele Möglichkeiten die Verstopfung oder Enkopresis Ihres Kindes zu verbessern:

• **Ernährung:** Auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr sollte geachtet werden. Lebensmittel mit einem hohen Inhalt an Ballaststoffen fördern den regelmäßigen Stuhlgang und vermeiden damit eine Verstopfung (Obst, Gemüse, grüne Blattsalate). Im Gegensatz dazu führen Lebensmittel, die Ballaststoffarm sind und einen hohen Zuckergehalt haben, zur Verstopfung (Schokolade, süße Getränke, Weißmehl/Weißbrot, Gebäck).

Siehe auch Infozettel „Ernährungsempfehlung bei chronischer Verstopfung“

• **Ballaststoffhaltige Diätmittel** (z.B. Apfelpektin oder OptiFibre ®)

• **Sport / Bewegung:** Physische Aktivität regt den Darm an und ist ein starkes Werkzeug gegen Verstopfung. Die WHO empfiehlt für Kinder 60 Minuten körperliche Aktivität pro Tag.

• **Toilettentraining:** Oft haben Kinder keinen Stuhlgang, weil sie sich nicht die Zeit nehmen, auf die Toilette zu gehen. Wir empfehlen ein konsequentes Toilettentraining. Das bedeutet, dass das Kind 3 bis 4 Mal am Tag auf die Toilette gehen und dort für ungefähr 15 Minuten entspannt sitzen sollte. Eine Ablenkung (wie ein Buch oder Tablet) sowie eine Belohnung für den regelmäßigen Toilettengang (unabhängig von erfolgtem oder nicht erfolgtem Stuhlgang) sind gute Strategien. Der Toilettengang soll als „angenehm“ nicht als „lästige Pflicht“ empfunden werden.

• **Positive Verstärkung:** Kein Kind entscheidet sich verstopft zu sein oder einzukoten. Mit Ihrem Kind zu schimpfen oder ihm die Schuld dafür zu geben, kann eine sehr negative Auswirkung in dem Therapieverlauf haben. Bleiben Sie positiv und geben Sie Lob und Lohn für die Fortschritte. Wenn zur Zeit keine Fortschritte zu sehen sind, geben Sie Ihrem Kind die Sicherheit, dass Sie als Team gemeinsam Erfolg haben werden.

• Wo kann ich mehr Informationen erhalten?

Sie dürfen sich jederzeit mit uns in Verbindung setzen unter der folgenden Telefonnummer:

**Klinik für Kinderchirurgie
Kontinenz-Zentrum
Kontakt: 0341 / 97 26 703**

• Weiterführende Literatur

- 1) *Constipation: Advances in Diagnosis and Treatment.* Wald A; JAMA. 2016 Jan 12;315(2):185-91.
- 2) *Effectiveness of senna vs polyethylene glycol as laxative therapy in children with constipation related to anorectal malformation.* Santos-Jasso KA, Arredondo-García JL, Maza-Vallejos J, Lezama-Del Valle P; J Pediatr Surg. 2017 Jan;52(1):84-88.
- 3) *Senna: Fakten statt Märchen.* Dörr B; Pharmazeutische Zeitung 02/2010

