

## MI AZ A FUNKCIONÁLIS HASI FÁJDALOM?

A funkcionális hasi fájdalom olyan hasi fájdalom, amelyre igazak a következők:

1. Nincs egyértelmű oka
2. A hasi fájdalom havonta legalább 4 napon át, 2 hónapon keresztül tart
3. Tartósan fennáll
4. Stressz vagy szorongás válthatja ki

A funkcionális hasi fájdalom általában 4-18 éves gyermekeknél fordul elő.



## TUDTA?

Az iskoláskorú gyermekek akár **30%**-ának van funkcionális hasi fájdalma



és **80%**-uk az orvoshoz fordulástól számított 2 éven belül javul!

További információért  
[www.espgan.org](http://www.espgan.org)



ESPGHAN

## FUNKCIONÁLIS HASI FÁJDALOM

### ALEX TÖRTÉNETE



Functional  
Abdominal  
Pain

## JELEK ÉS TÜNETEK

A hasi fájdalom mellett a gyermekek panaszkozhatnak a következőkre is:

- HÁNYINGER
- FEJFÁJÁS
- SZÉDÜLÉS
- VÉGTAGFÁJDALOM
- FÁRADTSÁG
- ALVÁSI NEHÉZSÉGEK

## HOGYAN SEGÍTHET?

Bár nincs ismert oka, számos területen segíthetnek a következők:

DIÉTA

ALVÁS

SZABADIDŐS  
TEVÉKENYSÉGEK

MENTÁLIS  
EGÉSZSÉG

MEGNYUGTATÁS/  
TÁMOGATÁS

## ALEX TÖRTÉNETE

