

HVAD ER FUNKTIONELLE MAVESMERTER?

Funktionelle mavesmerter er mavesmerter, der:

1. Ikke har en klar årsag
2. Forekommer mindst 4 dage om måneden i 2 måneder
3. Er vedvarende
4. Kan udløses af stress eller ængstelse

Funktionelle mavesmerter forekommer hyppigt hos børn i alderen 4-18 år.



VIDSTE DU?

Op til **30%** af skolebørn har funktionelle mavesmerter



og **80%** får det bedre inden for 2 år efter undersøgelse af en læge

For mere information
www.espgan.org



ESPGHAN

FUNKTIONELLE MAVESMERTER

ALEX' HISTORIE



TEGN OG SYMPTOMER

Ud over mavesmerter kan børn også klage over:

- KVALME
- HOVEDPINE
- SVIMMELHED
- SMERTER FRA ARME OG BEN
- TRÆTHED
- SØVNBESVÆR

ALEX' HISTORIE



SÅDAN KAN DU HJÆLPE

Selvom der ikke er nogen kendt årsag, er der flere områder, hvor du kan hjælpe:

KOST

SØVN

AKTIVITET

PSYKISK
SUNDHED

BEROLIGELSE/
STØTTE

