



Odvajanje blata pri dojenčku je pogosto vzrok za skrb staršev, še posebej, ker se ritem odvajanja in videz blata lahko zelo razlikujeta med posamezniki. Normalno je, da nekateri dojenčki tudi nekaj dni ne odvajajo blata, drugi pa večkrat na dan.

Kaj je normalno odvajanje blata?

Odvajanje blata se spreminja glede na starost otroka in način prehranjevanja.

- Novorojenčki prvih nekaj dni izločajo mekonij (temno, lepljivo blato), nato blato postane rumeno ali gorčično zrnato, lahko pa je tudi temnejše in bolj čvrsto. Včasih je lahko tudi zelenkasto, pomembno pa je, da na blatu ne opazimo krvi ali sluzi.
- Dojenčki lahko odvajajo večkrat na dan ali pa le enkrat na nekaj dni. Če je blato mehko in otrok nima težav, je to odvajanje normalno ne glede na pogostost.
- Po uvajanju goste hrane se običajno blato zgosti in odvajanje postane rednejše (vsak dan ali na nekaj dni). V obdobju uvajanja hrane lahko občasno pride do pojava zaprtja.

Kaj je zaprtje in kako ga prepoznamo?

Ob odvajanju ima dojenček težave, se napenja, joče in je nemiren. Ob tem je trebuh lahko napet. Blato je trdo, suho in krogličasto. Včasih lahko opazimo na blatu sledove krvi, kar je lahko posledica drobnih razpok ob zadnjiku.



Kako postopamo?

- Nadaljujte z dojenjem oz. se posvetujte z zdravnikom glede prilagoditve formule, če jo uporabljate.
- Otroku lahko masirate trebuh v smeri urinega kazalca, "kolesarite" z nogicami in pripravite toplo kopel.
- Ob zaprtju pomagajo: dodajanje tekočine, tudi mineralne vode z magnezijem brez mehurčkov, in mehčalci blata.
- Če otrok že dobiva gosto hrano, ponudite hrano, bogato z vlakninami (sadje in zelenjava), vodo med obroki in omejite vnos čokolade in čokoladnih izdelkov, riža, banan itd.
- Pred uporabo svečk za odvajanje blata ali drugih metod za draženje zadnjичnega predela se posvetujte z zdravnikom.

Kdaj k zdravniku?

- Če dojenček, ki je izključno dojen in nima nobenih težav, ni odvajal blata več kot 10 dni,
- če je blato trdo, suho, krogličasto in ima dojenček ob tem težave,
- če je dojenček razdražljiv, zavrača hranjenje, slabše pridobiva telesno težo,
- če opazite kri na blatu,
- če ima otrok napet trebuh ali bruha.

Gradivo je informativne narave in kot tako namenjeno izključno splošnemu informiranju. Gradivo ne more nadomestiti pregleda pri zdravniku. Opisane informacije so splošne narave in morda niso primerne za vsak posamezen primer. V primeru nejasnosti ali vprašanj se posvetujte s svojim zdravnikom, v primeru nujnih stanj vedno pokličite 112. Gradivo temelji na smernicah, veljavnih v maju 2026. Pregledali so ga pediatri in zdravniki, ki obravnavajo otroke in mladostnike. Avtorji gradiva ne zagotavljajo, da so informacije vedno popolne, popolnoma posodobljene ali primerne za vsak klinični primer. Prav tako ne prevzemajo odgovornosti za kakršnekoli posledice, ki bi lahko nastale zaradi uporabe navedenih informacij. Uporaba gradiva je na lastno odgovornost.