

Рахит



Рахит – это заболевание детей от 2 месяцев до 3 лет. Возникает из-за недостатка кальция и фосфора в организме в период активного роста ребенка. В результате нарушается формирование костных тканей – кости размягчаются, из-за чего могут деформироваться и ломаться.

Рахит часто поражает младенцев, рождённых раньше срока. Но незначительные признаки болезни бывают и у доношенных детей. При правильном уходе они исчезают самостоятельно и не требуют лечения. В редких случаях недостаточная минерализация костей встречается у взрослых. Такое состояние называется остеомаляцией.

Причины рахита

Главная причина рахита – недостаток витамина D, который отвечает за кальций-фосфорный обмен в организме. В минимальном количестве он содержится в продуктах питания, но основная доля вырабатывается в слоях эпидермиса под воздействием ультрафиолетовых лучей. Поэтому мамам рекомендуется чаще гулять с ребёнком на свежем воздухе.

На всасывание и доставку питательных веществ в костные ткани влияют и другие факторы:

- расстройство желудочно-кишечного тракта;
- нарушения работы печени и почек;
- генные мутации (характерные для наследственных форм рахита).

Факторы риска

Существуют также факторы риска, которые могут провоцировать болезнь.

У матери это следующие факторы:

- слишком юный или зрелый возраст (беременность до 18 и после 40 лет);
- недостаточное пребывание на солнце и свежем воздухе во время беременности;
- хронические заболевания;
- неправильное или неполноценное питание;
- недостаток физической активности;
- промежуток между родами менее двух лет;

- третьи и последующие по счёту роды;
- многоплодная беременность.

У ребёнка:

- нарушения развития плода в период вынашивания;
- неправильная организация кормления: недокорм, перекорм, подбор питания не по возрасту;
- плохое усвоение компонентов смеси при искусственном вскармливании;
- проблемы с пищеварением;
- расстройства нервной системы.

Рахит: симптомы

Если не заметить симптомы рахита на ранней стадии, это может привести к костным деформациям и задержкам развития. Первые звоночки появляются уже с двухмесячного возраста:

- частые и беспричинные смены настроения;
- беспокойный сон: вздрагивания, судороги, плач;
- вялость и плохой аппетит;
- потливость и зуд, особенно в области головы, в результате чего выпадают волосики на затылке;
- уплощение затылка и мягкие края родничка;
- врожденная дисплазия тазобедренных суставов.

На этом этапе нарушения можно скорректировать без серьёзных последствий. В дальнейшем симптомы становятся более выраженными и опасными:

- задержки развития: неспособность удерживать голову, сидеть, стоять, ползать ходить;
- низкий рост и медленный набор веса;
- вытянутый череп с буграми на лбу и темени;
- округлые бугорки – «чётки» на границе рёберно-хрящевых утолщений;
- дугообразная впадина под рёбрами, которую называют Гarrisонова борозда;
- «браслетки» на лучезапястных суставах;
- О и Х-образное искривление ног;
- выпуклый «лягушачий» живот;
- позднее прорезывание зубов;
- рахитический горб у малышек, которых рано присаживали.

Диагностика

Возможные сбои, которые могут быть признаком рахита у детей, должен обнаружить участковый педиатр на плановом осмотре. Задача врача – назначить витамин Д и направить малыша на приём к узким специалистам.

Это может быть невролог, ортопед, гастроэнтеролог или эндокринолог. Всё зависит от симптомов.

Для окончательной постановки диагноза нужны следующие процедуры:

- Анализ крови на кальций, фосфор, витамин D, креатинин, щелочную фосфатазу и паратгормон. Берётся натощак.
- Анализ мочи на кальций, фосфор и креатинин. Берётся утренняя порция жидкости.
- Цифровой рентген конечностей и грудной клетки.
- Если подозревается наследственная форма рахита – выполняется генетический анализ.



Лечение и профилактика рахита

Для лечения и профилактики рахита детям назначают витамин D: минимум 1000 МЕ в сутки для грудничков, 1500-2000 МЕ – малышам от года до трёх лет. Также рекомендованы регулярные прогулки, массаж, лечебная гимнастика, зарядка. Ребёнка следует кормить грудью или адаптированной смесью, а также своевременно вводить прикорм. В основе питания деток постарше должны быть продукты, богатые фосфором и кальцием.

Важно понимать, что такие меры эффективны лишь на ранних стадиях. Если рахит выявлен на этапе деформации скелета, он не пройдёт без последствий. Возможно, потребуется оперативное вмешательство.

Каковы последствия?

Самые тяжёлые последствия связаны с изменением формы скелета, а именно:

- искривление челюсти и как следствие – затруднённое жевание, неправильный прикус, кариес и проблемы с дикцией;
- деформация таза и позвоночника;
- умственная отсталость.

Рахит – опасное заболевание, которое может оставить след на всю жизнь. Чтобы не допустить этого, нужно внимательно относиться к любым изменениям в поведении ребёнка и сообщать о них врачу.