

Гастроэнтерит у детей

Гастроэнтерит у детей — это воспаление желудка и тонкого кишечника, которое возникает при инфицировании вирусами, бактериями или простейшими, под действием лекарств, химических токсинов или аллергенов. Гастроэнтериты зачастую имеют инфекционную природу. Они вызываются микроорганизмами, которые попадают в рот с пищей и водой, при облизывании пальцев, игрушек и посторонних предметов. Самым распространенным этиологическим фактором считаются вирусные инфекции (ротавирус, норовирус, аденовирус). Они, как правило, поражают детей раннего возраста и дошкольников. Выделяют и другие причины болезни: бактерии и паразиты, аллергены, неправильное питание, химические токсины, лекарственные препараты

Симптомы гастроэнтерита у детей:

- боль в животе, появляется в первый же день, характер - давящий, рвущий, стреляющий, жгучий, болевой синдром может быть очень сильным или относительно невыраженным;
- тошнота и рвота, в некоторых случаях многократная, выраженная, развивается в ответ на токсическое поражение пищеварительного тракта;
- диарея, стул частый, водянистый, с частичками пищи в структуре, возможны прожилки слизи и крови, иногда частота поноса может достигать 10-20 раз за сутки и более;
- лихорадка, заболевание практически всегда сопровождается повышением температуры тела;
- нарушения ночного сна;
- вздутие живота, повышенное кишечное газообразование;
- периодические кишечные колики, спазмообразные боли;
- тенезмы — ложные позывы опорожнить кишечник, обычно болезненные;
- слабость, сонливость и другие симптомы общей интоксикации организма пациента;
- отсутствие аппетита, признак, который также типичен для общей интоксикации организма.

Лечение гастроэнтерита у детей проводится медикаментозными и немедикаментозными способами. Показана регидратационная терапия. Помимо, используются лекарства для устранения первичной причины патологического процесса:

- антибиотики, противовирусные;
- антигистаминные, гормональные средства;
- ферменты, чтобы облегчить нагрузку на пищеварительный тракт;
- сорбенты, чтобы впитать токсины, устранить токсическую нагрузку;
- стимуляторы иммунитета.

Иногда назначают пробиотики. Большую роль играет правильное питание. Оно заставляет организм концентрировать силы на борьбе, а не на переваривании пищи.

Диета при гастроэнтерите у детей - обязательное условие для восстановления и эффективного лечения. Среди разрешенных блюд и продуктов: пюре из овощей и фруктов, овощи и фрукты, которые можно и даже лучше запекать (яблоки как основной продукт), отварная нежирная рыба, постное мясо, супы и бульоны на их основе, несладкий или едва сладкий чай, хлеб из муки грубого помола. Нельзя острое, жирное, жареное, копчености. В первые 10-12 часов от начала заболевания от пищи рекомендуется воздержаться. Следует употреблять воду. Приемы пищи должны быть дробными, частыми, но малыми порциями, чтобы не перегружать пищеварительный тракт пациента, который и так переносит повышенную нагрузку из-за болезни.

Современная **мера профилактики** ротавирусной инфекции у детей — **вакцинация**, которую проводят в возрасте от 6 месяцев до 3 лет. Для предупреждения остальных форм гастроэнтерита нужно соблюдать стандартные правила:

- Регулярно мыть руки перед едой, чтобы поддерживать личную гигиену;
- Тщательно мойте посуду и продукты;
- Если вы едите в общественных местах, лучше использовать одноразовые приборы;

- Приготавливайте пищу безопасным способом, таким как варка на пару, тушение или запекание при правильной температуре;
- Пейте только кипяченую или бутилированную воду;
- Соблюдайте сроки и условия хранения продуктов;
- Ограничьте потребление вредных продуктов, таких как полуфабрикаты, фаст-фуд и газированные напитки.

При первых признаках гастроэнтерита (тошнота, рвота, понос, боль в животе) нужно немедленно обратиться за медицинской помощью!

Врач педиатр Эверстова К.А.