

*Составители: сёстры инфекционного отделения детской больницы
Елена Рокка и Виктория Топоренко
Консультант доктор Еда Тамм
2014*

ПОНОС У ДЕТЕЙ

Понос может быть симптомом различных заболеваний. Самой распространённой причиной поноса у детей младшего возраста является ротавирусная инфекция.

Признаками ротавирусной инфекции является жидкий стул, который сопровождается рвотой и повышением температуры.

Реже причиной возникновения поноса могут стать различные бактерии. Признаками бактериального поноса являются примесь слизи/крови в кале и высокая температура.

Также диарея может быть побочным эффектом антибиотиков или наблюдаться при воспалении лёгких и инфекции мочевых путей.

Понос может стать причиной **обезвоживания организма или дегидратации**, к которому особенно чувствительны грудники и маленькие дети. Признаки обезвоживания у детей:

- сухость языка;
- отсутствие слёз при плаче;
- западение родничка у грудников;
- уменьшение мочеиспускания (подгузник сухой дольше обычного);
- вялость, сонливость или беспокойство ребёнка.

При наличии данных признаков обязательно проконсультируйтесь с семейным врачом.

Если у ребёнка понос без признаков обезвоживания:

- продолжайте обычный рацион кормления ребёнка;
- предлагайте больше пить. В качестве питья подходят простая вода, травяной чай, морсы. Избегайте употребления Coca-Cola, лимонадов, энергетических напитков;
- детям старшего возраста для питья подходит минеральная вода.

Если у ребёнка понос с признаками обезвоживания:

- поите ребёнка натрий- и калийсодержащим раствором, так как с рвотой и поносом ребёнок теряет из организма необходимые соли. Соляной раствор готовится к употреблению по инструкции из

порошка, который продаётся в аптеке. Сделайте паручасовую паузу в кормлении и поите ребёнка вышеупомянутым раствором;

- продолжайте кормление ребёнка грудью дополнительно к питью;
- предлагайте ребёнку питьё в небольшом количестве каждые несколько минут. Если ребёнок отказывается пить из кружки или соски – попробуйте поить его с чайной ложки или шприца;
- если ребенок вырвал сразу после того как попил - сделайте 15 минутную паузу и попробуйте напоить снова;
- перед употреблением средств от поноса проконсультируйтесь с семейным врачом.

Срочно проконсультируйтесь с семейным врачом, вызовите скорую помощь или обратитесь в отделение неотложной помощи если:

- у ребёнка появились примеси крови в кале или рвотных массах;
- у ребёнка сильная схваткообразная боль в области живота, которая мешает сну;
- ребёнок отказывается от питья и/или рвёт часто и в большом количестве;
- у ребёнка ярко выражены признаки обезвоживания: сухость рта и языка, впавшие сухие глаза, западение родничка у грудников;
- у ребёнка уменьшенное мочеиспускание или моча отсутствует в течении последних 6–8 часов;
- вялость, сонливость или беспокойство ребёнка;
- учащение пульса и дыхания ребёнка.

Предупреждение поноса

Главным образом профилактика заболеваний с признаками поноса заключается в частом и правильном мытье рук. Важно уже с раннего возраста обучать ребёнка тщательно мыть руки с водой и мылом. Больному ребёнку запрещается посещать детский сад и школьное учреждение. Также в первые полгода жизни ребёнка возможно вакцинирование от ротавирусной инфекции.