

Кишечная инфекция у детей

Кто виновник проблемы?

Острые кишечные инфекции (ОКИ) — это большая группа заболеваний, которые проявляются симптомами поражения пищеварительного тракта. Виновниками ОКИ у детей являются патогенные микроорганизмы. Возбудители бывают:

- **вирусные** (ротавирусы, аденовирусы, энтеровирусы, пикорнавирусы, норовирусы, астровирусы);
- **бактериальные** (сальмонеллы, клебсиеллы, стафилококки, клостридии, шигеллы, эшерихии, кампилобактерии);
- **протозойные** (простейшие).

Возможны и так называемые микст-инфекции, или смешанные, когда в организм попадает не один, а несколько видов микроорганизмов. Согласно данным исследования 2018 г. у детей в 50–80 % случаев регистрируются именно **вирусные кишечные инфекции**. Бактериальные ОКИ встречаются намного реже, всего в 7–10 % случаев. Остальное занимают микст-инфекции и ОКИ с невыясненными причинами.

Самая распространённая из вирусных кишечных инфекций — это **ротавирусная инфекция**. Она чаще выявляется у детей от шести месяцев до трёх лет в зимне-весенний период, но это не означает, что летом ротавирусная инфекция не встречается. Из бактериальных у детей распространён **сальмонеллёз**.

Почему ребёнок заболел?

Необходимо помнить, что **острые кишечные инфекции** передаются контактно-бытовым, пищевым и водным путём. Знание механизмов заражения помогает предупредить возникновение заболевания.

Возбудитель проникает в организм ребёнка при употреблении заражённых продуктов, например, невымытых овощей и фруктов, недостаточно прожаренного или проваренного мяса. Часто дети получают инфекцию от покупных готовых продуктов, таких как пирожные или торты с кремом, салаты, мясо, яйца, пирожки, молочные изделия (творожки, молоко, кефир). В жаркую погоду в них быстро размножаются патогенные бактерии и вирусы. Их концентрация, которой достаточно для развития заболевания, может вырасти всего за два-три часа.

Этот путь передачи подразумевает попадание возбудителя в пищеварительный тракт при употреблении заражённой воды из открытых, особенно стоячих, водоёмов, когда ребёнок случайно заглатывает воду во время купания в реке, пруду или бассейне. Также опасность таит и водопроводная вода, если её не кипятить и не фильтровать.

Патогенные микроорганизмы попадают в пищеварительный тракт **через грязные руки**, предметы обихода (полотенца, посуда). К этому способу передачи можно отнести заражение от больного человека, а именно:

- работника общественного питания, который не помыл руки перед приготовлением еды;
- больного ребёнка, посещающего детский сад или школу;
- родственника, осуществляющего уход, и т. д.

Что такое классическая триада?

Острых кишечных инфекций достаточно много, но они имеют схожие проявления, из-за чего их и объединили в одно общее понятие. ОКИ характеризуются классической триадой симптомов:

- рвота;
- жидкий стул;
- боль в животе.

В зависимости от вида возбудителя тот или иной симптом будет преобладать, то есть будет ведущим. Например, при ротавирусной инфекции ведущим симптомом является многократная повторная рвота, а при сальмонеллёзной — сильная боль в животе с диарейным синдромом и интоксикацией. Для дизентерии характерна рвота не более трёх суток и скудный стул по типу «ректального плевка». Ведущим симптомом при эшерихиозах у детей является диарея, которая характеризуется водянистым стулом.

Почему именно рвота, боль в животе и диарея входят в триаду симптомов? Боль в животе — это следствие повреждения и раздражения слизистой пищеварительного тракта. А вот рвота и диарея выполняют защитную функцию, выводя возбудителей и снижая их концентрацию в организме. Но у этих защитных механизмов есть «побочный эффект» в виде обезвоживания. Детский организм быстрее теряет воду при рвоте и жидком стуле, поэтому, помимо классической триады симптомов, необходимо уметь видеть и признаки обезвоживания. При ОКИ у детей это:

- жажда или отказ от питья;
- сухость во рту;
- вялость, заторможенность или потеря сознания;
- тёмные круги под глазами;
- западание глазных яблок;
- уменьшение количества мочи, повышение её концентрации (в тяжёлых случаях — её отсутствие);
- потеря веса;
- впалый родничок у детей до года;
- замедленное расправление кожной складки.
- При появлении этих симптомов нужно вызвать доктора на дом.

Как помочь ребёнку?

Основными направлениями в лечении ОКИ являются диета, восстановление водно-электролитного баланса, выведение возбудителя и его токсинов из организма, нормализация функции кишечника, в том числе лечение дисбактериоза.

Мы уже разобрались, что тяжёлым осложнением кишечных инфекций у детей является обезвоживание, которое развивается по причине выраженной рвоты и диареи. Для лечения этого состояния используют так называемую оральную регидратацию, или выпаивание. Согласно научным данным такая тактика терапии значительно снижает смертность от кишечных инфекций среди детей. Выпаивание осуществляется специальными глюкозо-солевыми растворами или просто чистой водой. Поить ребёнка рекомендуют по чайной ложке каждые три–пять минут, так как маленькие порции хорошо усваиваются организмом, не вызывая рвотного позыва. Если ребёнок не хочет пить, увы, придётся его заставлять.

Одновременно с лечением обезвоживания проводят восстановление функции пищеварения. Если у ребёнка частый жидкий стул, нужно дать ему [сорбенты](#), которые захватывают токсины в полости кишечника. С неукротимой рвотой помогут справиться [противорвотные](#) медикаменты. Так как кишечник повреждён, он не может правильно выполнять свою функцию. Чтобы компенсировать это состояние, назначают ферментные препараты и [пробиотики](#).

Лечение голодом — это неправильно

Во время лечения не следует оставлять ребёнка голодным. Если пища не поступает в кишечник, он восстанавливается медленнее. Именно поэтому диетотерапия является важной частью лечения кишечных инфекций. Детям до года рекомендуется [сохранение грудного вскармливания](#) с частым прикладыванием к груди. Малышам, не получающим материнское молоко, показаны специальные лечебные смеси, чаще низко- или [безлактозные](#) или с пробиотическими добавками.

Детей старше года начинают кормить с маленьких порций, постепенно расширяя рацион.

Из питания исключают молоко, кисломолочные продукты, сыры. Рекомендуются максимально щадящее питание, которое поможет восстановить кишечник в кратчайшие сроки.

Как защитить ребёнка от ОКИ?

Ребёнок может заболеть острыми кишечными инфекциями при условии, что патогенный микроорганизм попал в рот. Соответственно, защитить от болезней достаточно просто, если следовать правилам:

- выбирайте только безопасные, свежие продукты;
- тщательно промывайте овощи и фрукты, желательнее кипячёной водой;
- употребляйте блюда сразу после их приготовления;
- храните готовые продукты только в холодильнике;
- содержите кухню и дом в чистоте, своевременно выносите мусор;
- не допускайте контакта пищи с насекомыми, грызунами, домашними животными;
- храните готовые и «сырые» блюда отдельно друг от друга;
- пейте только кипячёную или бутилированную воду.

Инфекционисты рекомендуют чаще мыть руки с мылом, особенно перед едой, после посещения общественных мест, туалета и улицы. Если нет возможности помыть руки, можно использовать спиртовые гели. Всегда следите за чистотой рук у ребёнка и приучите его самостоятельно умываться, чтобы вы были спокойны, когда он находится в детском саду или школе.

Не купайтесь в открытых водоёмах с вялотекущей или стоячей водой. Для купания лучше выбирать специально отведённые места. Не допускайте попадания воды в рот во время купания. Для обслуживания личных бассейнов используйте специальные обеззараживающие средства, чтобы предупредить размножение бактерий и вирусов.

