**Кишечные заболевания у детей – лечение и профилактика**

Каждый летний сезон отмечается активный всплеск острых кишечных инфекций. Особенно часто заболевают дети, которые любят тащить в рот все то, что плохо лежит и вкусно выглядит. Самой частой причиной кишечных заболеваний является несоблюдение гигиенических норм, но спровоцировать заболевание могут также и неправильные условия хранения продуктов, неочищенная вода, плохо помытые овощи и фрукты и даже летающие между обеденным столом и туалетом мухи.

Наиболее известными кишечными инфекциями считаются сальмонеллез, дизентерия, брюшной тиф, холера, ротавирус, стафилококк, ботулизм, кампилобактериоз, энтерококк, а также отравление токсинами. Возбудителями этих заболеваний являются бактерии, вирусы и различные токсины. Соответственно, прежде чем начинать какое-либо лечение, необходимо понять, что вызвало расстройство кишечника.

Основные симптомы кишечных расстройств: частый жидкий стул, рвота, температура, отсутствие аппетита, слабость, боли в животе, обмороки, бледность кожных покровов, сухость во рту, метеоризм, сильная изжога и вздутие живота. В случае появления у Вашего малыша вышеописанных симптомов необходимо обратиться к врачу для проведения анализов и лечения. Важно не пренебрегать рекомендациями доктора и точно следовать инструкциям, поскольку кишечные инфекции могут быть очень опасными.

**Лечимся дома или ложимся в больницу?**

Детскому организму присущи некоторые возрастные особенности, в частности интенсивный обмен веществ, склонность к быстрой потере воды и минеральных солей и как следствие – частое нарушение функционирования желудочно-кишечного тракта. Поэтому кишечные расстройства у детей возникают очень часто по причине изменения состава или привычного объема потребляемой ими пищи. При такого рода нарушениях госпитализация не требуется. Но в любом случае, при появлении первых симптомов заболевания, таких как диарея, тошнота и рвота необходимо сдать анализы, чтобы убедиться, что заболевание не носит инфекционный характер. В том случае, если заболевание вызвано попавшей в организм ребенка инфекцией, нужно прислушаться к рекомендациям врачей и в случае необходимости госпитализировать ребенка, поскольку большинство кишечных инфекций очень опасны и могут вызвать серьезные осложнения, даже привести к летальному исходу.

Согласно инструкциям для врачебного персонала, обязательной госпитализации подлежат дети первого года жизни, больные тяжелыми и среднетяжелыми формами кишечных инфекций, резко ослабленные дети и имеющие сопутствующие заболевания, и малыши с затяжными и хроническими формами в период обострений болезни. Помимо этого в стационар госпитализируют всех больных дизентерией, ботулизмом и брюшным тифом, а также детей с кишечными инфекциями по эпидемиологическим показаниям, когда сохраняется опасность заражения от них окружающих.

И в любом случае, лечение ребенка нужно осуществлять по рекомендации и при участии участкового педиатра.

**Срочная помощь**

Если у ребенка сильная рвота, диарея и температура, то до приезда врача ему необходимо оказать первую помощь. Основной опасностью при диарее и рвоте является быстрое обезвоживание организма ребенка. Без оказания первой помощи понос может за пару часов довести ребенка до состояния, требующего срочной реанимации. Кипяченая и подсоленная вода восполнит запас жидкости в организме, но этого не достаточно. Вместе с водой организм теряет калий и натрий, которые отвечают за регулировку обмена веществ внутри клетки. К тому же во время изнуряющей диареи страдают стенки кишечника, которые уже не в состоянии полноценно всасывать поступающую жидкость. Поэтому питье простой воды может только усугубить понос, а подсоленная вода – мера малоэффективная без вмешательства лекарственных средств.

При появлении жидкого стула не стоит пытаться накормить или обильно напоить ребенка водой. Сначала нужно вызвать врача, а в ожидании его каждые десять минут (в первые два часа) давать малышу по одной десертной ложке раствора «Регидрона». Этот порошок продается в аптеке, разделенный на дозированные пакетики с инструкцией. Один пакет на литр воды – именно таким раствором напоит ребенка врач скорой помощи. Температура раствора должна быть комнатной.

Если в вашей аптечке нет «Регидрона», то можно приготовить раствор самостоятельно. Для этого нужен литр кипяченой воды, одна столовая ложка соли, 2 столовые ложки сахара или 10 г. глюкозы, сок половинки лимона или 3 столовые ложки сока клюквы.

Если врача нет более двух часов, то нужно увеличить порцию жидкости и давать ребенку минеральную воду без газа или очень слабый слегка подслащенный чай. В качестве альтернативы подойдет и отвар из противовоспалительных трав – ромашки, мяты или желудочного сбора. Это обеспечит разгрузку желудочно-кишечного тракта, ослабит проявления токсикоза и восполнит потерю жидкости и минеральных солей.