



Новую пищу можно принимать только тогда, когда из желудка выйдет старая.
ГИППОКРАТ, древнегреческий целитель и врач

Страна советов



Специальные тематические страницы

- мода
- детская
- сад и огород
- кулинария
- домашней

Консультант. Правильная культура питания — залог здоровья

Вкусно не значит полезно



Людмила Капустина с маленькой пациенткой. ФОТО: ИРИНА СМАЗНОВА, «ТЖ»

ИРИНА СМАЗНОВА

«Не хочу кашу, хочу сосиску!» — требует дошкольница. «На ужин не ждите — мы с друзьями пиццей с гамбургерами перекусили», — предупреждает родителей одиннадцатиклассник. Перехватить что-то всухомятку, налету — у детей это уже норма сегодняшнего дня. А между тем гастроэнтерологи бьют тревогу: число детей с заболеваниями ЖКТ растет. Каковы причины развития патологии, в чем основа лечения и профилактики болезней системы пищеварения? Эти вопросы мы задали заведующей гастроэнтерологическим отделением детской городской клинической больницы №1 Людмиле Капустиной.

Сегодня каждый 4-й ребенок имеет заболевания ЖКТ, констатирует доктор. Среди детей первых лет жизни они занимают 3-е место после болезней органов дыхания, нервной системы. Вероятность появления патологии возрастает в процессе взросления ребенка — это связано с большим количеством факторов риска. В подростковом возрасте хронические формы заболеваний преобладают над острыми процессами. У подростков 15–17 лет болезни органов пищеварения стоят на 2-м месте. К сожалению, увеличился процент тяжелых и инвалидизирующих форм, отмечает Людмила Викторовна. Кроме того, многие

патологии, ранее характерные лишь для взрослых, теперь стали выявляться и у детей, к примеру, эрозивный эзофагит.

— Структура заболеваний стала несколько иной: уменьшилась доля пороков развития, а также язвенной болезни, — говорит Людмила Капустина. — В первом случае это связано с развитием ультразвуковой диагностики в пренатальный период. По поводу язвенной болезни отмечу: успех лечения напрямую связан со своевременным выявлением бактерии хеликобактер пилори и верно подобранной терапией. Однако число детей, страдающих эзофагитами, гастритами, гастродуоденитами, напротив, возросло — за последние 10–15 лет в два раза. Болезни часто протекают малосимптомно, что затрудняет их своевременную диагностику.

Для развития патологии системы пищеварения необходим целый ряд факторов — начиная от течения беременности и родов и заканчивая особенностями нервной системы ребенка, замечает доктор. Но основная причина — это неправильное и нерациональное питание, некачественные продукты. Под строгим запретом у ребенка должны быть чипсы, сухарики, фаст-фуд, любые газированные напитки, необходимо минимизировать в рационе количество жирных, жареных, консервированных блюд с большим количеством спе-

Необходимо минимизировать в рационе количество жирных, жареных, консервированных блюд. Это главные враги детских желудков!

ций. Это главные враги детских желудков! Среди причин гастроэнтерологической патологии также аутоиммунные проблемы, частые ОРВИ и другие инфекционные заболевания, аллергия. Неблагоприятно сказываются стрессы, которые могут возникнуть при смене школы, умственных перегрузках, потере домашнего животного и т.д. Все это провоцирует появление невроза, а вместе с ним и расстройство ЖКТ у ребенка. Не исключаются и другие причины — врожденная патология и неблагоприятная экологическая обстановка.

Людмила Викторовна подчеркивает: ответственность за то, что, когда и как ест ребенок, лежит исключительно на маме и папе. Родителям необходимо выбирать для детей качественные свежие продукты, отдавать

Знаете ли вы, что?..

- В структуре гастроэнтерологической патологии у детей в России на 1-м месте находятся гастродуодениты, на 2-м — заболевания кишечника, на 3-м — печени и желчевыводящих путей.
- У 70–75% детей имеются сочетанные поражения органов пищеварения. Различные дисфункции возникают в той или иной степени практически у всех малышей — это функциональные состояния периода адаптации и созревания желудочно-кишечного тракта ребенка.

предпочтение овощам, фруктам, отварным и приготовленным на пару блюдам.

— Очень важно рассказать ребенку о пользе тщательного пережевывания пищи, объяснить вред еды всухомятку, — говорит врач. — Агрессивная реклама в СМИ и на улицах, присутствие продуктов быстрого питания даже в школьных буфетах приводит к тому, что ребенок привыкает к еде с высоким содержанием жиров, сахара, усилителей вкуса, а все остальное может казаться ему пресным. С этим надо бороться. Продукты, предназначенные для детского питания, все-таки проходят строгий контроль качества. Не менее важно родителям создать особый благоприятный микроклимат в семье. Ребенку в любом возрасте важно чувствовать поддержку и заботу близких, доверять им свои переживания. Чем меньше стрессов у малыша или подростка, тем меньше риск получить заболевание системы пищеварения.

Людмила Капустина предупреждает: самолечение не доступно! Доступность медицинской информации иногда играет злую шутку. Таблетки, капсулы, клизмы, микстуры, свечи совсем небезобидны — они могут вызвать острые язвы, эрозии желудка или 12-перстной кишки, даже с кровотечением, лекарственный гепатит и другие патологии. Небезвредны и некоторые лечебные или псевдолечебные манипуляции — речь идет о всевозможных чистках, тьюбажах, голодании (этим сегодня часто злоупотребляют девочки-подростки), анаболических коктейлях, которыми увлекаются юноши, занимающиеся в фитнес-центрах.

У ребенка появился неприятный запах изо рта, он жалуется даже на легкий дискомфорт после еды, есть другие малоприятные симптомы? Немедленно к доктору. Сегодня разработаны современные протоколы лечения, позволяющие быстро и качественно помочь больному.

Важно знать

Чтобы животики не болели

В детской городской клинической больнице №1 можно записаться на прием к гастроэнтерологу.

При необходимости доктор посоветует пройти лечение в дневном стационаре гастроэнтерологического отделения. Сюда принимают ребят от 0 до 18 лет — уточняют диагноз, выбирают тактику терапии. Диагностические возможности больницы соответствуют российским стандартам. Все исследования осуществляются на современном оборудовании: общеклинические и биохимические, бактериологические, применяются все виды диагностики хеликобактерной инфекции, в том числе неинвазивный дыхательный тест, исследование гормонального статуса, иммунологическое.

Пациенты отделения проходят ультразвуковую диагностику, эндоскопические исследования: эзофагогастродуоденоскопию, ректороманоскопию, колоноскопию с прицельной биопсией, в том числе и на хеликобактерную инфекцию, суточную pH-метрию, которая является золотым стандартом в постановке диагноза гастроэзофагиальной рефлюксной болезни, названной болезнью XXI века в гастроэнтерологии, рентгендиагностику, включая использование рентгеноконтрастных веществ. В лечении также применяются физиопроцедуры, массаж.

По показаниям к обследованию и лечению пациентов привлекаются высококвалифицированные специалисты узкого профиля — невропатолог, хирург, кардиолог, лор, окулист и другие.

Гастроэнтерологи подчеркивают: детям необходимо сбалансировать питание, употреблять достаточно витаминов, минералов и т.д. Очень важны физические нагрузки: можно предложить ребенку покатайтесь на велосипеде, поиграть с мячом, а еще лучше — записаться в спортсекцию, бассейн. Активный образ жизни, создание благоприятного микроклимата в семье, дозированные умственные нагрузки — все это тоже составляет основу профилактики многих заболеваний.

Ирина РОМАНОВА