

Алексей Светлов

# Кишечные расстройства



Алексей Светлов

**Кишечные расстройства**

«Научная книга»

2013

**Светлов А.**

Кишечные расстройства / А. Светлов — «Научная книга», 2013

Очередная книга известного врача и писателя Алексея Светлова посвящена лечению кишечных расстройств у детей в домашних условиях. Здесь собраны все народные средства, которые применялись для их лечения с древности. В данном издании содержится основная информация о симптомах наиболее распространенных кишечных расстройств, питании детей при этих заболеваниях и других нетрадиционных методах лечения.

## Содержание

Введение	6
Симптомы кишечных расстройств	7
Запор	7
Понос	9
Метеоризм	10
Боль в животе	11
Виды кишечных расстройств	12
Дисбактериоз	12
Недостаточность или полное отсутствие лактозы	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Алексей Светлов**

## **Кишечные расстройства**

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

## Введение

### **Добрый день, уважаемые читатели!**

Я рад, что у вас в руках очередная книга, посвященная народным методам лечения кишечных расстройств у детей. В первую очередь я обращаюсь, конечно же, к мамам и бабушкам, так как именно на них традиционно ложатся основные обязанности по воспитанию и уходу не только за совсем маленькими детьми, но и за школьниками. Кишечные расстройства являются достаточно распространенной неприятностью у детей, поэтому я допускаю вероятность того, что вам тоже пришлось столкнуться с ней у собственного ребенка. В своей практике я часто сталкиваюсь с такими случаями, когда болезнь нетяжелая, и ребенку вполне можно помочь лечением травами и диетой, не пичкая молодой организм ненужными таблетками. Лекарственные растения таят в себе целебную силу, которая в неумелых руках может принести вред, а не пользу. Для безопасного и правильного их применения необходимо руководство, которым и является настоящая книга. В данной книге я постараюсь как можно понятнее изложить лечение кишечных расстройств народными средствами, потому что традиционные методы лечения не всегда полезны, а в некоторых случаях и вредны. Например, применение антибиотиков при дисбактериозе не только не поможет, а лишь ухудшит ситуацию. Однако хочу предупредить, что достаточно часто кишечные расстройства могут быть признаком довольно тяжелой патологии (например, инфекции). В этом случае, конечно, самолечение без консультации знающего врача может оказаться очень опасным занятием. Поэтому я советую вам применять рекомендации из данной книги только после консультации с детским врачом, который исключит возможные заболевания. Надеюсь, что если, к несчастью, ваш ребенок заболеет, моя книга будет хорошим подспорьем в лечении этого недуга.

## Симптомы кишечных расстройств

### Запор

Что же такое запор? Это затруднение, болезненность при акте дефекации или отсутствие стула в течение определенного времени (какого точно – зависит от возраста ребенка). Запор по праву считается одним из наиболее частых нарушений стула у детей. Он может случиться в любом возрасте. В зависимости от этого проявления его будут различны. Связано это с тем, что с возрастом ребенка меняется не только количество испражнений, но и их форма. Так, если малыш питается материнским молоком, то стул у него должен быть столько раз, сколько он поел. Однако в наше время такое встречается достаточно редко, поэтому вариантом нормы можно считать стул 2 раза в день.

Если же грудной ребенок находится на искусственном вскармливании, то частота его стула в норме меньше, чем у его сверстников, получающих материнское молоко, а именно – 1 раз в сутки. Если ребенок ходит «по большому» реже указанных выше показателей, то у него запор. Необходимо следить не только за частотой стула, но и за его консистенцией. Так, у малышей до полугода стул должен быть кашицеобразным, но не жидким. Кал в виде колбаски или комочков в этом возрасте говорит о запоре. У более старших детей (от полугода до полутора лет) кал может быть и оформленным, и жидким. Для детей дошкольного и школьного возраста запором считается отсутствие самостоятельного стула в течение суток. Консистенция его может быть любой. Запором же следует считать и такую ситуацию, когда ребенок ходит в туалет один или несколько раз в день, но при этом плачет, а кал у него в виде плотных комочков, похож на овечий кал. Со старшими детьми родители обычно стесняются говорить на такую деликатную тему, как регулярность стула. К тому же в силу так называемого переходного возраста ребенок может просто отказаться разговаривать с вами из-за стеснения. В таких случаях заподозрить у ребенка запор можно по тому, как долго он находится в туалете. Ребенок может даже идти туда с книгой. В этой ситуации все же нужно попытаться осторожно поговорить с ним и попытаться выяснить, имеет ли тут место запор, или долгое пребывание в туалете обусловлено другими причинами. Хочу отметить такой момент, что у небольшого числа людей стул может быть 1 раз в 2–3 дня. Это относится к их врожденной особенности, потому что при этом отсутствуют другие признаки запора (вздутие живота, боли в животе, вялость). Но такое положение вещей устанавливается только к 10 годам. До этого возраста ребенок должен иметь стул то количество раз в сутки, которое предусмотрено его возрастной нормой.

Я хотел бы немного остановиться на причинах запоров. Они многочисленны. Запоры могут иметь врожденный характер. В этом случае у ребенка с самого рождения обнаруживаются проблемы со стулом. Часто это связано с врожденным нарушением развития какого-то участка кишечника или может быть отсутствие анального отверстия. В таких случаях очень часто приходится делать экстренную операцию по восстановлению проходимости кишечника. Если у ребенка ранее было заболевание, по поводу которого пришлось делать операцию на органах брюшной полости, то вследствие развития послеоперационных спаек и сдавления кишечника ими также может случиться запор. Перечисленные виды запоров встречаются, но чаще всего запоры у детей обусловлены причинами, не связанными с какими-то нарушениями в строении кишечника, и обусловлены нарушением регуляции деятельности кишечника нервной системой. Запоры, обусловленные этой причиной, делятся на две группы: спастические и атонические.

При *спастических запорах* происходит следующее: участок кишки сокращается и не расслабляется, в результате этого пища не может пройти через суженный участок, и возникает

запор. При этом кал твердый, имеет вид плотных комочков, а дефекация, как правило, болезненна.

*Атонические запоры* возникают по прямо противоположной причине: кишечник недостаточно активно сокращается, и пища долго продвигается по желудочно-кишечному тракту. Кал при таких запорах может быть большого объема, мягкий, отсутствует по 6–7 дней.

Расскажу подробнее о причинах атонических и спастических запоров, как о наиболее часто встречающихся в детской практике. Так, дети, получающие материнское молоко, ходят «по большому» в два раза чаще, чем «искусственники». Поэтому и для правильной деятельности кишечника, и для будущего здоровья ребенка очень важно, чтобы малыш хотя бы в первые полгода жизни питался исключительно материнским молоком, без прикормов. Если же в силу обстоятельств это невозможно, то необходимо хотя бы не менять без нужды молочную смесь, к которой привык ребенок, на другую марку. Дисбактериоз, о котором будет подробно рассказано ниже, так же часто приводит к запорам. Его может вызвать множество причин: угроза выкидыша, нарушения питания матери во время беременности, скрытые инфекции матери, лечение антибиотиками, другими медицинскими препаратами во время беременности, токсикозы. Кесарево сечение, неправильное питание ребенка так же могут служить причиной запоров. Если ребенок питается пищей, которая не стимулирует стенку кишечника, а именно протертая, теплая пища, то возникает предрасположенность к атоническим запорам, так как стенка кишки не получает нужного ей для сокращения раздражения, и постепенно ее двигательная активность снижается. Поэтому в рационе малыша обязательно должна присутствовать грубая пища, содержащая клетчатку. Запоры возникают и у детей, которые любят кушать мучные, жирные, калорийные продукты. Есть также вещества, которые обладают закрепляющим действием. Их все хорошо знают: крепкий чай, кофе, груша, свекла, айва и др. Как было указано ранее, главной причиной запоров является недостаточная двигательная активность стенки кишки. Она может возникать не только из-за неадекватного питания, но и при недостаточной физической нагрузке детей, плохом развитии у ребенка мышц брюшного пресса, ведь они имеют большое значение в продвижении пищи по желудочно-кишечному тракту. Любые эмоциональные стрессы и потрясения могут привести к запору. Часто он развивается, когда ребенок начинает ходить в школу. Здесь играет роль не только сам факт стрессовой ситуации, но и то, что ребенок может сам сознательно удерживаться от акта дефекации, стесняясь отпроситься с урока. Необходимо объяснить ребенку, что это естественно и не нужно стесняться попросить у учителя выйти. Частое применение таких препаратов, как смекта, бифидумбактерин, могут привести к запору. Не стоит забывать, что запор может быть симптомом глистной инвазии. Если у ребенка есть трещины прямой кишки, он будет сознательно воздерживаться от акта дефекации, боясь боли, а это также неминуемо приводит к запору. Не нужно увлекаться слабительными и клизмами. В начале применения они оказывают положительный эффект, но в дальнейшем ситуация может только ухудшиться. Современные исследования показали, что дети, которые воспитываются в строгости, чаще страдают запорами, чем дети, которым родители дают большую свободу действий. По-видимому, это можно объяснить фактором постоянного стресса, который испытывает ребенок, подвергаясь всяческим запретам и ограничениям.



## Понос

Понос – это частое, больше 3 раз в сутки, выделение испражнений, которые отличаются жидкой консистенцией. Последняя обусловлена нарушением всасывания воды в стенку толстого кишечника, что должно происходить в норме для того, чтобы организм не терял много воды и солей, а также примесью в кале слизи и воспалительных жидкостей. Понос может сопровождаться болями в животе. Для маленьких детей не столько важна частота стула, потому что у них и в норме стул достаточно частый, сколько его жидкая консистенция. Понос может быть признаком самой различной патологии, поэтому хочу еще раз предупредить, что при появлении поноса необходимо показать ребенка врачу для исключения инфекции или токсического поражения кишечника в результате отравления (например, мышьяком, ртутью и др.). Также поносы могут возникать при погрешностях в диете. Так может проявляться аллергическая реакция на какой-то пищевой продукт. Так, бывает аллергия на белки коровьего молока, злаки. У грудных детей понос может возникнуть из-за чрезмерного употребления матерью фруктов и острых продуктов. При недостаточной функции желудка, кишечника, поджелудочной железы, когда нарушается выделение этими органами ферментов, необходимых для пищеварения, происходит недостаточное переваривание пищи, что и сопровождается поносом. Дисбактериоз часто проявляется поносами. Очень часто они возникают при чрезмерном волнении, стрессе, в предчувствии волнующей ситуации, в результате чего временно нарушается регуляция деятельности кишечника нервной системой и возникает понос. Определить инфекционную или неинфекционную природу поноса можно косвенно по его продолжительности: если понос продолжается более 2 недель, то, скорее всего, он имеет неинфекционную природу. Но, конечно, не нужно ждать, когда пройдет столько времени, а нужно сразу показать ребенка врачу. Понос может возникать при отсутствии или снижении содержания в организме малыша некоторых ферментов (например, лактазы), непереносимости белков коровьего молока. В зависимости от заболевания вид кала, частота стула будут различны. Эти подробности я изложу ниже при описании конкретных болезней.

## Метеоризм

Скопление газов в животике у ребенка, а точнее – в кишечнике, частый симптом кишечных расстройств. Он может возникать из-за неправильно составленной диеты ребенка, когда малыш получает много клетчатки, вследствие чего в кишечнике образуется много газов. Также метеоризм – частый спутник ферментных расстройств, когда имеется недостаток какого-либо кишечного фермента. Если у ребенка есть дисбактериоз, то за счет преобладания гнилостной микрофлоры происходит брожение в кишечнике, в избытке образуются газы, а следовательно, возникает метеоризм. Также скопление газов на каком-то участке кишки может образоваться в силу механического препятствия их продвижению (например, при спазме кишки, наличии врожденного или приобретенного в результате спаек сужения кишечника). При недостаточной сократительной активности стенки кишечника нарушается прохождение газов по желудочно-кишечному тракту, они скапливаются в кишечнике, и возникает вздутие живота. Проявляется метеоризм чувством вздутия живота, распирающего, увеличением его объема. Сами больные, а также люди, их окружающие, слышат громкое урчание в животе. Часто возникают неприятные ощущения в животе и боли. Маленькие дети выражают эти неприятные ощущения плачем. Старшие дети могут жаловаться на затруднение дыхания, неприятные ощущения в области сердца.

## **Боль в животе**

Является частым спутником кишечных расстройств. У маленьких детей боли в животе встречаются достаточно часто и в большинстве случаев не связаны с какой-то тяжелой патологией. Но сразу хочу предупредить, что боль в животе – это серьезный симптом, который может быть признаком не только терапевтической, но и хирургической патологии. Поэтому для исключения тяжелого заболевания, при котором требуется срочное хирургическое вмешательство, при первых признаках этого симптома необходимо показать ребенка врачу-специалисту. Малыши по-разному показывают, что у них болит животик: плачут, становятся беспокойными, теряют аппетит, притягивают ножки к животу. У новорожденных на боль в животе указывает покраснение лица, двигательное беспокойство ребенка, а также наличие таких симптомов, как срыгивание и вздутие живота. Продолжительность боли очень различна – от нескольких минут до нескольких часов. Боль в животе у детей, при исключении хирургической и инфекционной патологии, может возникать по многим причинам. Среди них: недоедание или переедание, метеоризм, из-за чего происходит перерастяжение кишки и, следовательно, боль. Также при аллергии на какой-то пищевой продукт, при употреблении молочной смеси, которая не подходит именно ему, слизистая оболочка кишечника раздражается, и возникает боль. Боль может быть как в определенном месте живота, так и по всему животу. Но, как правило, совсем маленькие дети не могут указать точное место боли, и на вопрос: «Где болит?» отвечают, что «болит животик».

## Виды кишечных расстройств

### Дисбактериоз

Желудочно-кишечный тракт человека заселен бактериями. Это факт. Как ни страшно звучит слово «бактерии» для обычного обывателя, но без некоторых видов из них невозможно нормальное пищеварение. Причем для каждого отдела пищеварительного тракта, будь то пищевод, желудок или кишечник, характерны свои виды бактерий. Так, для пищевода собственная микрофлора нехарактерна, здесь имеются бактерии, которые заносятся из полости рта. При дисбактериозе нарушается качественный и количественный состав нормальной микрофлоры. Основную роль при этом играют бактерии кишечника, преимущественно толстого. В норме они выполняют важные функции, ведущей из которых является защита слизистой оболочки кишечника от вредных бактерий, попадающих в кишечник из внешней среды через рот. Даже при условии, что такие бактерии не погибнут, проходя через вышележащие отделы желудочно-кишечного тракта, в частности, желудок с его агрессивной кислотной средой, нормальная микрофлора кишечника не даст чужакам ни малейшего шанса на заселение слизистой оболочки. «Полезные» бактерии выделяют множество веществ, тормозящих размножение патогенных микроорганизмов. Другие выделяемые ими вещества регулируют нормальную моторную деятельность кишечника, что помогает пище проходить по желудочно-кишечному тракту, препятствует ее застою, а значит, и запорам. Эти бактерии способны даже синтезировать витамины (например, витамины группы В, С, никотиновую, фолиевую кислоты). Доказано, что кишечная микрофлора наряду с печенью участвует в очищении организма от продуктов обмена веществ. Поэтому при дисбактериозе печень работает «за двоих», что может привести к повреждению ее клеток. Но это еще не все полезные функции, которые выполняют кишечные бактерии. Они способны поддерживать иммунитет, так как вырабатывают особые вещества – иммуноглобулины.

Для формирования нормальной микрофлоры огромное значение имеет характер вскармливания. Наилучшим вариантом является естественное вскармливание с прикладыванием ребенка к груди в первые полчаса после родов. При этом заселение слизистой оболочки кишечника бактериями происходит уже на первой недели жизни малыша. При более позднем прикладывании это происходит лишь на 2–3 неделю. У новорожденных, находящихся на естественном вскармливании, происходит заселение кишечника полезными видами микроорганизмов, что очень важно для маленького ребенка. В дальнейшем это окажет большое значение для его здоровья и иммунитета. Микрофлора кишечника матери играет большую роль, так как именно она является источником для микрофлоры кишечника ребенка наряду с молоком и микрофлорой кожи сосков. Поэтому здоровье матери для правильного формирования микрофлоры кишечника новорожденного имеет значение. Такие факторы, как прием антибиотиков, токсикоз, неправильное течение беременности, трудные роды, сниженный иммунитет матери могут сказаться на этом процессе. В группу риска по возникновению дисбактериоза относят детей, родившихся от матерей, страдающих заболеванием желудочно-кишечного тракта, особенно если во время беременности было его обострение. Даже в процессе родов новорожденный получает от матери ее микроорганизмы, которые в дальнейшем еще в роддоме вытесняются другими микробами, полученными в основном от медицинского персонала, так как с ними ребенок в этот период проводит больше времени, чем с матерью. Безусловно, важно здоровье не только матери, но и самого малыша. Недоношенность, врожденные пороки развития и другие нарушения приводят к заселению кишечника вредными микробами, то есть к дисбактериозу. Проявления этого расстройства множественны. Это может быть запор или понос, боль или

метеоризм. Также характерен гиповитаминоз, общая слабость, быстрая утомляемость. Ребенок становится бледным, раздражительным, у него снижается или полностью исчезает аппетит.

## **Недостаточность или полное отсутствие лактозы**

Лактоза – это фермент, который абсолютно необходим для переваривания молочного сахара, который содержится в молоке. Его недостаточность может носить врожденный или приобретенный характер. Так, снижение содержания лактозы может возникнуть при вирусной инфекции, любых тяжелых заболеваниях, употреблении некоторых лекарств, наркоза. При недостатке лактозы стул имеет специфический желтый цвет, он плотный, содержит много воды, из-за чего на пеленке остается влажное пятно. Во время акта дефекации отходят газы. Следует отметить, что при этом ребенок не теряет в весе. Такие поносы лечатся просто – следует просто исключить из рациона ребенка продукты, содержащие лактозу, то есть молоко. Ребенка переводят на питание безлактозными смесями, кефиром. При этом уже через сутки стул становится нормальным. Если патология приобретенная, то, как правило, через 2–4 месяца активность лактозы приходит в норму, и ребенка можно переводить на прежнее питание.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.