

Кишечные инфекции у детей



- Не употреблять скоропортящиеся продукты, такие как вареная колбаса, салаты, винегреты, студни, кремовые изделия, которые более часа хранились вне холодильника.

Как обезопасить себя от отравления арбузом?

- при покупке арбуза или дыни обращайте внимание на целостность корки, чтобы она была без трещин, царапин и вмятин;
- нельзя покупать разрезанные ягоды;
- не употребляйте немывтые плоды в местах покупки и ни в коем случае не делайте надрезы, для проверки спелости ягоды;
- перед тем как разрезать плод, его следует хорошо промыть под проточной водой желателью со щеткой,
- желателью употребить ягоду сразу, не оставляя на следующий день. Если арбуз или дыня все-таки остались, следует закрыть срез пищевой пленкой и поместить в холодильник таким образом, чтобы исключить контакт с сырыми продуктами (яйцами и сырым мясом).



Не рекомендуется овсяная крупа. Должны быть исключены из питания жирные сорта мясных и рыбных продуктов (свинина, баранина, гусь, утка, лосось и др.).

При уменьшении проявлений интоксикации, прекращении рвоты и улучшении аппетита вводится **мясо (говядина, телятина, индейка, кролик в виде котлет, фрикаделек, кнелей), рыба нежирных сортов, яичный желток и паровой омлет.**
Разрешаются тонко нарезанные сухари из белого хлеба, каши на воде (кроме пшенной и перловой), супы слизистые, крупяные с разваренной вермишелью на слабом мясном бульоне.

Меры профилактики:

- Водопроводную воду пить только после кипячения;
- Молочные продукты, купленные у частных владельцев, должны подвергаться термической обработке (молоко обязательно кипятить!);
- Хранить продукты питания в холоде, не допуская соприкосновения сырых и готовых продуктов и не более срока, указанного на этикетке;
- Фрукты, овощи, ягоды, перед употреблением тщательно мыть проточной водой;
- Обязательно мыть руки перед приготовлением и приемом пищи, перед кормлением ребенка, после посещения туалета, прихода с улицы или работы;

Острая кишечная инфекция у детей – обобщенный термин, под которым подразумевают целую группу заболеваний пищеварительного тракта инфекционного происхождения.

Патологии могут быть вызваны различными болезнетворными микроорганизмами, которые попадают в организм ребенка вместе с едой, питьем, через воздух или бытовые контакты.

Практически все возбудители кишечных инфекций чрезвычайно живучи. Они способны подолгу существовать в почве, воде и даже на различных предметах (ложках, тарелках, дверных ручках и мебели).



Кишечные микробы не боятся холода, однако все же предпочитают жить там, где тепло и влажно. Особенно быстро они размножаются в молочных продуктах, мясном фарше, студне, а также в воде (особенно в летнее время).



Симптомы кишечной инфекции

- повышение температуры тела до 39 градусов, иногда выше;
- головная боль;
- ломота в мышцах, слабость;
- болевые ощущения, рези в области живота;
- отказ от употребления еды;
- тошнота;
- рвота;
- диарея (возможно наличие каловых масс с примесью слизи);
- повышенное газообразование.

Наиболее опасным последствием кишечной инфекции у детей, является **обезвоживание.**

Такое состояние развивается из-за патологических потерь жидкости и минеральных солей вследствие диареи, рвоты и высокой температуры.

Ключевыми признаками обезвоживания при кишечной инфекции у ребенка являются:

- сухость кожи и слизистых оболочек, а также склер глаз;
- резкая потеря массы тела;
- редкое мочеиспускание или отсутствие мочи более 4–6 часов;
- выделение мочи темного, концентрированного цвета в небольших количествах;
- впавшие глаза и щеки;
- сухие, потрескавшиеся губы;
- постоянная жажда;
- плач без слез.



Такое состояние крайне опасно для малышей: имеется риск развития серьезных неврологических нарушений, которые в некоторых случаях становятся необратимыми.

Любые кишечные инфекции в детском возрасте, протекающие с высокой температурой тела, интенсивной рвотой и диареей, требуют обязательного осмотра врача

Лечение

Лечение кишечных инфекций является комплексным и включает в себя: борьбу с токсинами микробов, а также с обезвоживанием организма и восстановление нормальной микрофлоры кишечника.



Диета при кишечной инфекции

Из диеты исключаются: сырые, кислые ягоды и фрукты, соки, сырые овощи, сливочное и растительные масла (в чистом виде), цельное молоко, сладости, свежая выпечка, чёрный хлеб.

Не следует давать бобовые, свеклу, огурцы, квашеную капусту, редис, апельсины, груши, мандарины, сливы, виноград.