

рубрику ведёт
педиатр сети медицинских
клиник «Семейная»
Елена Бондарева



Вопрос педиатру

Кому, как не детскому врачу, вы доверите здоровье своего малыша? Опытный специалист ответит вам на страницах нашего журнала!

Проблемы со стулом

? *Моей дочке 1,5 года, в первый год у неё был стул раз в 2–3 дня, а последние полгода – раз в 3 дня. Стул нормальной консистенции, дочка активна, здорова. А бабушка требует показать её гастроэнтерологу, потому что при редком стуле в организме якобы скапливаются токсины. Но дочка боится врачей, и я не хочу подвергать её стрессу, ведь она себя отлично чувствует. Кто прав?*

Анна, Москва

Вданном случае вы правы: пока нет оснований показывать ребёнка гастроэнтерологу. Вы не описываете никакой патологии. Если ребёнок чувствует себя хоро-

шо, активен, ни на что не жалуется, развивается по возрасту, а стул нормальной консистенции, то такая его частота – вариант нормы. При запорах наблюдается другая ситуация: стул твёрдый, есть затруднения при дефекации, могут быть болезненные ощущения, сниженная активность. Тем не менее при плановом визите к педиатру он сможет развеять ваши сомнения или назначить дополнительные анализы, чтобы убедиться, что всё в порядке. Также малышке рекомендована физическая активность, обильное питьё и диета, богатая продуктами с клетчаткой (овощи, фрукты).

Постельный режим

? *Мой трёхлетний сын и при ОРВИ, и при бронхите с высокой температурой не хочет лежать в кровати, капризничает, а стоит мне отойти, как он идёт играть на диван или вообще ходит по квартире. Не затянется ли из-за этого выздоровление? Или ребёнок сам знает, как ему лучше?*

Ольга, Саратов

Действительно, больной ребёнок сам поймёт, что для него лучше. Когда малышу плохо, у него слабость, он ляжет в кровать.

Организм даёт ему понять, что сейчас лучше побыть в полнейшем покое. Если же самочувствие его удовлетворительное, то нет никаких причин насильно укладывать его в постель. Помните, что если ребёнок бодрствует, старается проводить время на ногах, – это признак того, что его состояние не тяжёлое, что он идёт на поправку. Помимо постельного, есть ещё и просто домашний режим, который надо соблюдать, пока держится температура. Вообще, в последние десятилетия врачи существенно пересмотрели свои взгляды на необходимость долгого постельного режима. Да, он полезен в самом остром состоянии, но когда кризис проходит, он вовсе не обязателен. Тем не менее домашний режим, пока есть температура, должен быть спокойным. Не стоит бегать, прыгать, а если ребёнок хочет играть – то пусть это будут тихие игры без физической нагрузки. А вот когда температура нормализуется, то можно и активничать, особенно при бронхите: в этом случае рекомендовано и кувыркаться, и прыгать, так как при движениях лучше отходит мокрота. В три года необходим хороший дневной сон и продолжительный сон ночью. Так организм скорее восстановится и избежит осложнений. □

