

Зневоднення у дитини : чим загрожує та як попередити.

Зневоднення – один із найпоширеніших патологічних станів, який зустрічається у більшості дітей та немовлят та розвивається, коли організм не має достатньої кількості рідини, щоб нормально функціонувати. Найчастіші причини зневоднення такі як блювота, діарея, лихоманка, захворювання обмінного характеру, обмежене вживання води дитиною та інші. Діти набагато швидше втрачають рідину організму, ніж дорослі. Це пов'язано з тим, насамперед, що тіло дитини у більшій кількості складається з води, приблизно на 70-80%, яка підтримує внутрішній гомеостаз. І таким чином, низькі можливості адаптаційних механізмів регуляції у дітей призводять до швидкої втрати рідини та розвитку дегідратаційного стану.

Зневоднення супроводжують такі симптоми як лихоманка, діарея, блювота, сухість шкіри та слизових оболонок, занепокоєння та млявість дитини. Важливо при даних станах вчасно розпочати регідратаційну терапію для попередження тяжких ускладнень, які можуть мати важкі наслідки. Необхідно почати вживання рідини якомога раніше, з моменту виникнення симптомів захворювання (з першого епізоду діареї при гострій кишковій інфекції чи підвищення температури тіла при гострій респіраторній інфекції), але пам'ятаємо, що дані ознаки можуть проявлятися не відразу через включення компенсаторних механізмів. Варто розпочинати регідратаційну терапію (поповнення рідинних втрат) з малих порцій рідини, кожні 10-15 хв. Коли дитина відмовляється від пиття, то спробуйте запропонувати дитині пити з різного посуду – це можуть бути чашка, поїльники, трубочка, чи випоювати зі шприца, заводячи його за щічку, не натискаючи на корінь язика, що може провокувати блювоту. В якості рідини бажано використовувати глюкозо-сольові розчини, бо діти більш схильні до швидкої втрати рідини та електролітів, які необхідні для нормального балансу гомеостазу. В якості таких розчинів ви можете використовувати, наприклад, Хумана електроліт, Біогая ORS, ReO2,

Регідрон. У разі відсутності таких розчинів застосовуйте – воду, компот, розведені соки, чай. Бажано годувати дитину за апетитом, не насильно, при цьому намагайтеся це робити в невеликій кількості та часто. Але пам'ятайте про те, що у разі кишкових інфекцій, які будуть супроводжуватися блювотою та/чи діареєю, необхідно уникати в раціоні дитини свіжої клітковини (овочі та фрукти, дозволено запечене яблуко) та молочної продукції. Натомість пропонуйте дитині безмолочні каші, запечене м'ясо, рибу, сухе печиво.

Після початку терапії, спостерігайте за станом дитини протягом 4-6 год. У разі покращення самопочуття чи стан дитини без динаміки – продовжуйте терапію в такому ж режимі до повного покращення самопочуття. Якщо стан дитини невпинно погіршується, з'являються такі симптоми як тривале блювання та/чи домішки крові в блювотних масах, часта діарея та/чи з домішками крові, сухість шкіри та слизових оболонок, дитина млява, сонлива, очі запалі, тривале підвищення температури, зменшення кількості сечовипускань або повна його відсутність, відмова від пиття та їжі, то необхідно якомога скоріше звернутися за медичною допомогою до найближчого лікувального закладу.

Таким чином, потрібно запам'ятати, що чим раніше у дитини почата адекватна регідраційна терапія, тим простіше її лікувати. Вживання достатньої кількості рідини дає змогу уникнути тяжких ускладнень внаслідок зневоднення.

Стрижко Мілена Володимирівна, лікар-інтерн педіатр 2-го року навчання

(керівник - асистент, PhD Городкова Ю.В.)