

## Кишечные колики у новорожденного. Что делать?

Зайцева М.Ю.- врач-неонатолог

Кишечные колики – функциональное гастроинтестинальное расстройство у ребенка до 4 месяцев жизни при наличии ВСЕХ перечисленных признаков: - приступы раздражительности, которые начинаются и прекращаются без видимой причины;

- длительность эпизодов 3 часа и более в день;
- повторение минимум 3 раза в неделю в течение хотя бы одной недели;
- не прогрессируют в динамике.

Встречаются до 70 % детей по всему миру, независимо от пола. В большинстве случаев их течение доброкачественное, и после 4 месяцев они бесследно проходят.

Ребёнок, который был до этого полностью здоров, вдруг начинает безутешно плакать, поджимает ножки к животу («сучит» ножками), бурление в животе, который становится напряжённым и вздутым, могут быть срыгивания и даже рвота, ребенок не успокаивается после дачи соски, питания, облегчение наступает только после отхождения газов или стула.

К основным причинам возникновения колик у новорожденных относятся:

- характер питания матери
- психоэмоциональное состояние, окружающее ребенка (особенно повышенная тревожность матери)
- неблагоприятное течение беременности у матери
- незрелость периферической иннервации кишечника

- дисфункция центральной регуляции
- запоздалый старт ферментативной системы органов ЖКТ
- нарушение становления микробиоты кишечника
- пищевая аллергия на белок коровьего(козьего) молока.

Механизм развития колик связан с нарушением двигательной функции кишечника и повышенным газообразованием, возникает спазм и боль, стенки кишечника перерастянуты газами. У недоношенных детей по сравнению с доношенными колики более выражены и носят более затяжной характер.

*Как помочь малышу?*

Самое главное обеспечение спокойного, комфортного окружения!!!

Конечно, очень трудно оставаться спокойной маме, да и всей семье, когда ребенок «битый» час истерически плачет, НО вы должны держать себя в руках и быть крайне позитивны в общении с малышом, говорить ласковым успокаивающим голосом, поглаживать.

Режим: - кормите ребенка строго по часам, ночью можно устроить (если малыш выдержит) «голодную» паузу для «отдыха» кишечника.

- кормить ребенка нужно часто (дробно) и небольшими порциями.

- перед каждым! кормлением нужно выкладывать ребенка на живот на несколько минут – 5-15 (сколько вылежит, не доводить до плача). Такое положение способствует отхождению газов и стула и укрепляет мышцы брюшной стенки, что благоприятно сказывается на моторике кишечника и предупреждает возникновение беспокойства у детей.

Массаж (поглаживание) по часовой стрелке перед кормлением.

Во время кормления, необходимо соблюдать правильное положение младенца во избежание заглатывания большого количества воздуха (малыш должен располагаться под углом 45 градусов, а под спинкой будет опорой ваша рука). Подержите в таком положении еще 20-30 минут для отхождения заглоченного воздуха.



*Рис. пример положения ребенка во время кормления.*

При кормлении из бутылочки желательно использовать антиколиковую соску, конструкция которой исключает проглатывание воздуха.

После кормления положите ребенка на правый бок на 30 минут (т.к. печень у деток может давить на желудок наполненный пищей).

Немного снимет боль, если на животик ребенка положить теплую пеленку, либо прижмете животик ребенка к своему теплему животу.

#### *Диета мамы при кишечной колике.*

Исключить – молоко и молочносодержащие продукты, различные кондитерские изделия, в том числе и шоколад; мороженое и сгущенное

молоко; магазинные полуфабрикаты и соусы (кетчуп, майонез и пр.) газированные напитки, даже обычную воду лучше выбирать без газа; консервы; алкоголь; кофе; крепкий чай; курятина; яйца; цельное молоко, ржаной хлеб и свежие хлебобулочные изделия, бобовые, некоторые крупы (пшеница, овсянка, перловка и кукурузной крупы), сахар и сладости. Также не стоит есть свежие овощи (капусты, картофеля, редиса, свежих огурцов и помидор и сладкого перца, репчатого лука (в сыром виде), груш, винограда, фиников и чернослива.

Продукты, которые должны быть в рационе - нежирное мясо, растительное масло, гречка, рис, овощи (в вареном или тушеном виде), подсушенный белый хлеб.

Обязательное ведение пищевого дневника – это отражение реакции ребенка на съеденный вами продукт.

Помогают в борьбе с коликами и ветрогонные препараты: фенхель, укроп.

*Фармакологическое лечение колик должно начинаться только после того, как все вышеперечисленные меры оказались неэффективными.*

Современными и безопасными средствами являются препараты симетикона.

Отличительной особенностью кишечных колик будет проявление симптомов при отсутствии органической патологии ЖКТ. Вне приступа дети хорошо едят, прибавляют в массе.

*!!! Необходима консультация педиатра для исключения более грозных заболеваний, требующих особой тактики ведения и лечения.*