

Рекомендации педиатра при пищевом отравлении у ребенка

Автор: врач-педиатр Текутьева Ольга Николаевна



К сожалению, пищевое отравление у детей — довольно распространенный диагноз. Неокрепший организм ребенка больше подвержен поражению токсинами микробов и химических веществ чем организм взрослого.

Виды пищевых отравлений

Пищевое отравление – это острые симптомы, возникающие у человека в результате попадания в организм недоброкачественных продуктов питания.

По своей природе различают два больших класса пищевых отравлений:

1. *Отравление токсинами микробов, попавших в продукты питания.* Такие отравления называют еще пищевыми токсикоинфекциями. Они возникают потому, что микробы неизбежно попадающие в продукты питания, на стадии их производства или хранения, со временем начинают вырабатывать токсины. Непатогенные микробы в небольшом количестве для организма вполне безопасны. Имунная система сможет с ними справиться. А вот выработавшийся токсин может вызвать неприятные симптомы.

Микробы активнее вырабатывают токсин, если нарушен температурный режим хранения. Отсюда важность хранения пищи в холодильнике, а не при комнатной температуре. Тем более в жару.

В разных продуктах питания токсины вырабатываются с разной скоростью. Поэтому сроки годности продуктов разные. И соблюдать их важно. Очень быстро микробы начинают вырабатывать токсины в молочных и мясных продуктах: заварном креме, сметане, мясном фарше. Чем больше бактерий попало в пищу, тем больше токсинов они выработают. Поэтому так важна чистота производства. Сюда же относится и профилактика бактериальных инфекций у персонала, производящего продукты питания.

Немаловажна и правильная термическая обработка пищи. При недостаточно высоких температурах или слишком коротком времени

тепловой обработки в готовом продукте микробы не погибают. Особенно опасны в этом плане куриные яйца. Приготовление детям блюда из сырых или полусырых яиц недопустимо: гоголь-моголь, яйцо всмятку или яичница с непрожаренным желтком. Недопустимы недостаточно обработанные мясные продукты: непроваренные котлеты, крупные куски мяса.

Отдельно стоит упомянуть о консервах. При нарушении технологии производства или повреждении целостности упаковки в них могут развиваться очень опасные грамотрицательные микробы: клостридии. Они вызывают тяжелое заболевание – ботулизм. Ботулотоксин в первую очередь поражает нервную систему, вызывая тяжелые неврологические нарушения: выраженную мышечную слабость, утерю приобретенных навыков, слабый плач, острый запор, урежение дыхания вплоть до его остановки.

Дети чаще всего ботулизмом заражаются при употреблении мёда. Большое количество научных статей посвящено этой проблеме, так как во всем мире мёд считается хорошим средством для лечения простудных заболеваний у детей. Медицинское сообщество сошлось во мнении, что мёд категорически запрещен детям до года. Их желудок не может вырабатывать достаточное количество кислоты, чтобы убить споры клостридий. И должен приниматься с осторожностью в дошкольном возрасте.

2. *Отравление неинфекционное или токсическое.* Ядами, химическими элементами, несъедобными растениями или грибами. Продукты, зараженные химическими элементами, например, тяжелыми металлами, в массовом производстве – редкость. Сырье на крупных заводах проходит проверку на качество. А вот употребление детьми несъедобного, особенно маленькими, встречается относительно часто. Дети могут пожевать опасную траву. Например, лютик, дурман или белладонну. Съесть несъедобную ягоду или гриб.

Симптомы пищевых отравлений ребенка

Симптомы пищевой токсикоинфекции развиваются очень быстро. От 30 минут до 8 часов после употребления испорченного продукта.

Симптомы, которые могут выявить родители:

самый частый симптом тошнота и рвота. Рвота может быть один или несколько раз. Может быть многократной и изматывающей;

вслед за рвотой появляется диарея. Стул становится жидким и частым. Иногда до 10-15 раз в сутки;

боли в животе не всегда бывают при пищевом отравлении. Но, иногда они очень выраженные, схваткообразные. Дети дошкольного возраста не могут четко показать место, где болит. Показывают обычно в районе пупка. Дети постарше, обычно показывают верхние отделы живота или чуть ниже. Из-за острого начала и выраженных болей, можно перепутать токсикоинфекцию с хирургической болезнью. Иногда без консультации хирурга не обойтись;

повышение температуры встречается реже рвоты, диареи и болей в животе. Чаще всего температура поднимается не выше 37,5*С. Иногда она

достигает высоких цифр – 38,5 – 39*С. Но никогда при отравлении она не длится долго. Не дольше одного-двух дней;

бледная кожа, иногда с синевой вокруг глаз и рта;

холодный пот;

язык сухой, с белым налетом;

боли в верхнем отделе живота при прощупывании;

Кроме того, ребенка может беспокоить слабость, головная боль, общее недомогание.

Рвота и частый жидкий стул особенно опасны у малышей, т.к. у них быстро наступают симптомы обезвоживания. Дети старшего возраста и взрослые, как правило, переносят симптомы отравления относительно легко и в течение короткого времени.

Симптомы, которые может выявить врач:

пульс урывается;

тоны сердца становятся глухими;

у деток старшего возраста давление будет несколько снижено.

Мамам детей до года особенно важно знать симптомы обезвоживания. При появлении этих симптомов нужно оказать первую помощь и показать малыша врачу как можно быстрее.

Симптомы выраженного обезвоживания:

снижение частоты мочеиспусканий, относительно обычного. Меньше пяти раз за сутки – критический показатель;

язык становится сухой и обложенный белым налетом;

губы трескаются;

кожа сухая, бледная, морщинистая;

большой родничок западает;

ребенок выражено вялый, сонливый, заторможенный;

плачет без слез или почти без слез.

Подробнее об обезвоживании у детей читайте в статье ["Обезвоживание у детей. Что должен знать каждый родитель?"](#)

Несколько сложнее обстоят дела с отравлением ядовитыми растениями. Симптомы отравления травами и грибами зависят от конкретного вида растения. Не всегда мама сразу может понять, что происходит с ребенком. Есть растения, которые вызывают ожоги при попадании на слизистые. Такое отравление распознать проще. Ребенка беспокоит острая боль почти сразу. Слизистая полости рта отечная, ярко-красная, иногда с волдырями и язвами.

Есть растения, которые вызовут симптомы только через некоторое время после попадания в организм. Это могут быть нарушения со стороны желудочно-кишечного тракта: тошнота, рвота, диарея. Дыхательные нарушения: одышка, затрудненное или редкое дыхание. Сердечно-сосудистые: снижение частоты пульса и давления. Неврологические: судороги, потеря сознания, головокружение и головные боли.

Отдельно хотелось бы сказать об отравлении растениями, содержащими алкалоиды группы атропина. К ним относят белладонну, дурман, скополию,

белену и др. Характерными симптомами отравления такими растениями будут: возбуждение, учащение пульса, повышение давления, расширение зрачков.

Отравления химическими элементами при употреблении пищи встречается редко. Отдельно стоит упомянуть случаи, когда маленькие дети проглатывают бытовую химию, мыло, марганцовку, ополаскиватель для белья, спирт, уксус и подобное. К сожалению, такие отравления совсем не редкость. И они способны приводить к плачевным последствиям. Маме маленького ребенка стоит строго следить за тем, чтобы потенциально опасные жидкости хранились в недоступных для детей местах.

Обследование

Для того чтобы доктор поставил диагноз “пищевое отравление”, как правило, достаточно внимательно опросить родителей и осмотреть ребенка. Иногда доктор может дополнительно назначить:

анализ крови, чтобы посмотреть не вызваны ли симптомы бактериальной или вирусной инфекцией;

анализ кала, чтобы исключить инфекцию, вызванную патологическими бактериями;

если потребовался осмотр хирурга, то он тоже может назначить дополнительное обследование.

В рамках консультации вы сможете озвучить свою проблему, врач уточнит ситуацию, расшифрует анализы, ответит на ваши вопросы и даст необходимые рекомендации.

Первая помощь при пищевом отравлении у детей

Первая помощь при пищевом отравлении средней и тяжелой степени – промывание желудка. У детей лучше не проводить эту процедуру самостоятельно, а обратиться за помощью к специалистам. Обычно промывание делают раствором гидрокарбоната натрия или перманганата калия до чистых промывных вод. Категорически запрещается самостоятельно промывать желудок детям до годовалого возраста. Ребенок может захлебнуться. Нельзя делать промывание детям с отравлением химическими веществами (щелочами или кислотами) и растениями, сок которых способен вызвать ожог. При повторном прохождении через пищеварительный тракт, уже в обратном направлении, они вновь повредят слизистую.

Следующим шагом при пищевой токсикоинфекции, либо в ситуации ее легкого течения, будет применение адсорбентов. Это вещества, которые собирают на своей поверхности токсины и яды, попавшие в организм. Есть два основных правила применения таких препаратов. Лекарство должно приниматься дробно: часто и маленькими порциями. Так ему удастся собрать максимальное количество токсина. Применение адсорбента должно быть кратковременным. Не дольше 4-5 дней. Длительное употребление подобных

препаратов у грудных детей приводит к чрезмерному уплотнению кала и образованию каловой пробки. Диарея может смениться болезненным запором. Очень важный пункт лечения – отпаивание ребенка, особенно маленького ребенка. Для грудных детей рекомендуют частое прикладывание к груди, допаивание водой. Существуют специальные растворы для восполнения потерь жидкости. Они продаются в виде порошков, которые разбавляются водой. Употребляя их, ребенок восполняет потерю не только жидкости, но и микроэлементов, сахаров. После 3 лет, даже отпаивание обычной водой, слабым чаем, компотом вполне эффективно. Согласно последним клиническим исследованиям применение антибиотиков и антисептиков при токсикоинфекции не эффективно. В период выздоровления важное значение имеет соблюдение диеты – употребление легкоусвояемой пищи, небольшими порциями. Добавление витаминов и микроэлементов.

Первая помощь при отравлении химическими веществами и ядами должна проводиться специалистами. В таких случаях них применяются антидоты.

При подозрении на ботулизм врачи применяют антитоксическую сыворотку.

Возможные последствия пищевых отравлений у детей

Как правило, пищевая токсикоинфекция, хотя и имеет яркие симптомы, заканчивается быстро и без последствий. Обычно уже на 3-4 день ребенку становится гораздо легче. В редких случаях у маленьких детей может развиваться шок в результате острой потери жидкости. У детей с тяжелой фоновой хронической патологией может развиваться выраженное воспаление.

Несколько сложнее обстоят дела с отравлением химическими веществами и ядами. При несвоевременном оказании помощи или большом количестве отравляющего вещества, могут сохраниться поражения желудочно-кишечного тракта, центральной нервной или сердечно-сосудистой системы. Выраженность их зависит от многих факторов.

Ботулизм опасное заболевание. По данным современной литературы, до 10-20% случаев оканчиваются летальным исходом. Часты осложнения со стороны нервной системы.

Выводы

Несмотря на то что в большинстве случаев пищевое отравление имеет выраженную симптоматику, проходит оно относительно быстро и бесследно. Однако, у маленьких детей оно может иметь выраженные последствия. Поэтому так важно следить за тем, что ест и пьет грудной ребенок.