

ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЙ ЕСТЕСТВЕННОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ

И.О. ЯЦЕНКО, кафедра педиатрии № 2,
Кемеровская государственная медицинская академия

В настоящее время существует проблема экологической и социальной дисгармонии. К сожалению, население нашей страны поставлено в рамки достаточно низкого культурного и социального уровня. В сложившейся ситуации страдает, прежде всего, детское население. Согласно заключению ВОЗ, состояние здоровья детей определяется на 50% образом жизни, на 20% окружающей средой, на 20% наследственными факторами и лишь на 10% уровнем развития медицинской науки и состоянием медицинской помощи,

Ещё до рождения здоровье малыша обуславливается, помимо наследственных факторов, качеством жизни и здоровьем будущих родителей. Сегодня, при всём желании, медики не могут достичь планированного подхода к беременности, обеспечить её благополучное течение и родоразрешение. Это связано, прежде всего, с низким образовательным и социальным уровнем нашего населения, т.е. ещё внутриутробно уровень здоровья будущего гражданина страны снижается. Клинически это проявляется признаками перинатального поражения нервной системы, врождённого гипотиреоза, задержки внутриутробного развития и гипотрофии, анемии новорожденных. Перечисленная патология в будущем определяет гармоничность психического и физического развития ребёнка. К сожалению, в последнее время отмечается рост патологии среди новорожденных.

Далее на здоровье малыша в основном влияют образ жизни и состояние окружающей среды, т.е. то, в каких экологических и социально-гигиенических условиях он растёт. Анализируя анамнез детей, поступивших на обследование в соматическое отделение, выявлено, что значительная часть – это дети с отягощённым перинатальным анамнезом, из социально неблагополучных семей. Нередкой патологией являются анемия, отставание в физическом развитии, патология щитовидной железы, дисметаболические нарушения.

Здоровье маленького гражданина закладывается с самого раннего возраста. Основная роль принадлежит духовному воспитанию, физической культуре и правильному питанию. Никогда ранее врачи и диетологи не знали так много о хорошем питании. И все же, по иронии судьбы, никогда ещё не было столь трудно разработать настоящую здоровую диету для ребёнка. Искусственные смеси и полуфабрикаты по-прежнему остаются нормой жизни. О значении грудного вскармливания говорится постоянно. Исследования доказали, что это лучший способ кормления детей грудного возраста, позволяющий обеспечивать гармоничное развитие малыша. Сейчас активно работает программа о пользе грудного вскармливания, но, к сожалению, не всегда ребёнок имеет возможность получать такое питание. Говоря о «вредности» коровьего молока и пропагандируя адаптированные смеси, мы забываем, что на протяжении столетий при отсутствии грудного молока дети вскармвливались донорским или животным молоком. Можно привести достаточное количество примеров хорошей усваиваемости коровьего молока и наличия непереносимости смесей.

Сегодня появилось огромное количество полуфабрикатов для детского питания. Они достаточно популярны, т.к. в общем-то, содержат необходимые ингредиенты. Но очевидно,

что чем больше малыш будет употреблять переработанной пищи, тем менее здоровым он вырастет. Кроме того, только детский организм тонко чувствует потребность в тех или иных веществах и способен реагировать на это. Проведённые в мировой практике эксперименты по вскармливанию детей раннего возраста показали, что малыши выбирают из предложенного ассортимента блюд то, в котором содержатся вещества, недостаток которых испытывает в данное время организм. Таким образом, главный принцип здорового питания – это натуральные продукты и индивидуальный подход.

Однако трудно ежедневно обеспечить растущий организм необходимыми питательными веществами из одной только диеты, проводить качественную коррекцию обмена веществ при различных нозологиях. Назначение большого количества лекарственных препаратов перорально существенно влияет на равновесное состояние организма. Сегодня существует такое понятие, как биологически активные добавки к пище (БАД), которые представляют собой активные вещества натурального происхождения. Их свойство – восстанавливать и поддерживать гармонию обмена в организме – является помощником в профилактике и лечении заболеваний. Однако всегда нужно помнить, что детский организм требует бережного подхода, и прежде чем назначить витаминные препараты или фитокомплексы, необходимо тщательно проанализировать анамнез ребёнка, клинические проявления заболевания, индивидуальные особенности. В педиатрии, более чем в других направлениях медицины, должен главенствовать принцип – НЕ НАВРЕДИ!

Подводя итог, можно сказать, что главное для гармоничного развития ребёнка, а в будущем гражданина России – это духовное воспитание, физическая культура и естественное натуральное питание. Профилактику нарушений необходимо осуществлять не только педиатрам, но и врачам других направлений. Врач, работая с пациентами, вполне реально может повышать их знания о своём организме, о необходимости воспитания в ребёнке культуры здоровья!