

За 6 месяцев 2012 г. в Республике Алтай заболели острыми кишечными инфекциями 564 ребенка в возрасте до 6 лет, из них 478 (85%) - дети до 2 лет.

Причинами заболевания остается крайне неудовлетворительное вскармливание детей, особенно грудных, первого года жизни. Прежде всего, это несоответствие продуктов питания возрастным особенностям организма ребенка, отсутствие гигиенических навыков не только у детей, но и их родителей.

Кормление детей первого года жизни с «общего стола» - недопустимо! Смешанное вскармливание – это сочетание кормления ребенка первого года жизни грудным молоком (не менее 1/5 суточного объема) и докорма молочными смесями. У нас же «докармливают» ребенка пельменями, арбузами, окорочками, жареным мясом.

Сейчас особенно актуальна такая тема, как отравление арбузом. Следует помнить о том, что вкусная ягода, приобретенная в сезон, все равно может привести к отравлению. Чем же грозит неосторожная покупка?

Отравление арбузами зачастую связано с содержащимися в них нитратами. Эти вещества содержатся в удобрениях, которые добавляют в почву для того, чтобы ускорить рост и созревание ягод.

Особенную опасность нитратосодержащие овощи представляют для кормящих матерей и детей, возрастом до 1 года. Так как противонитратные механизмы у детей начинают формироваться только к одному году, то дети подвержены серьезной опасности. Молоко матери тоже не создает барьеров для возбудителей инфекций. Усугубиться ситуация может и из-за того, что арбуз употребляется сразу и больших количествах. Это значит, что концентрация отравляющих веществ тоже увеличивается.

К первым признакам отравления арбузом относятся повышенная утомляемость, тошнота, рвота, диарея и сильнейшая головная боль. Все эти признаки проявляются уже через несколько часов после употребления ягоды. В некоторых случаях при отравлении может возникнуть повышение температуры тела, характерны также ломота в суставах и судороги. Если это произошло необходимо срочно вызвать скорую помощь.

Определенная роль в возникновении желудочно-кишечных заболеваний принадлежит инфекции, среди которых есть немало опасных для жизни ребенка - дизентерия, сальмонеллез.

К основным мерам профилактики дизентерии и сальмонеллеза у детей раннего возраста относятся:

- Правильное вскармливание на первом году жизни;
- Давать детям раннего возраста только кипяченую воду;
- Употреблять в пищу только доброкачественные, свежеприготовленные продукты;
- Как правило, все маленькие дети любят печенье, пирожные, торты и другие кондитерские изделия. Но эти продукты опасны для детей раннего возраста в плане инфекционных заболеваний. Кроме того, изготавливают эти продукты из муки высшего сорта, в них много сахара и жира, поэтому калорийность их очень высокая, а содержание необходимых детскому организму белков, витаминов, минеральных солей, низкое;
- Не рекомендуется блюда детского питания готовить заблаговременно и впоследствии разогревать;
- Колбасные изделия даже нежирных сортов, а тем более, копченые нельзя давать

малышу до двух лет;

- Рыночные творог и сыр также нельзя давать ребенку;

- Соблюдать правила личной гигиены - заботиться о чистоте рук, предметов, которые ребенок чаще всего берет в руки;

- Содержать в чистоте посуду;

- Соблюдать правила хранения продуктов и приготовления пищи.

Уважаемые родители! При появлении у ребенка рвоты, многократного жидкого стула, температуры 38, тошноты, вялости обращайтесь к врачу, фельдшеру, патронажной медицинской сестре в лечебное учреждение, а не в аптеку, где вам продадут непременно дорогое лекарство от поноса. Не пытайтесь лечить ребенка самостоятельно, это может привести к плачевному результату.

[Примерное однодневное меню для ребенка старше 1 года](#)

[Основные правила ведения прикорма](#)