

План действий по борьбе с запорами

Зеленая зона

Все под контролем



Мой ребенок:

- Ест хорошо
- Играет
- Нет боли в животе
- Стул мягкий, ежедневный
- Белье чистое

Особые указания:

и > раза — время туалета в день

Используйте подставку под ноги каждый раз

Рекомендации по применению лекарственных препаратов:

(наименование лекарственного препарата, дозировка и периодичность)

Желтая зона

Внимание, есть проблема



Мой ребенок:

- Ест хуже, чем обычно
- Играет хуже, чем обычно
- Есть небольшие боли в животе
- Дефекация затруднена
- Нет стула в течение 3 дней
- Белье немного испачкано

Особые указания:

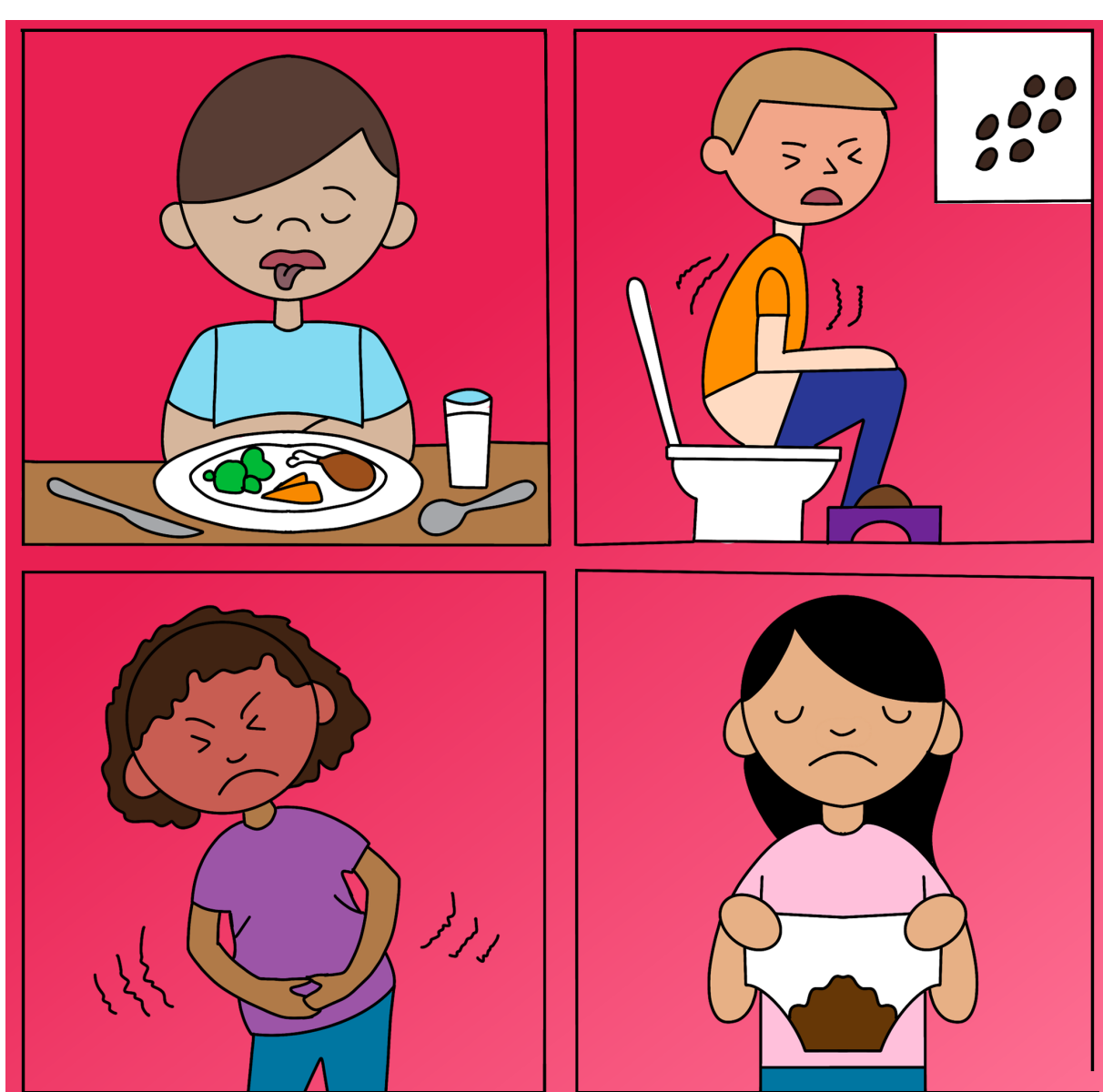
Если в течение 24-48 часов проблемы желтой зоны не решаются, переводим ситуацию в красную зону

Рекомендации по применению лекарственных препаратов:

(наименование лекарственного препарата, дозировка и периодичность)

Красная зона

Повторно посетите педиатра



Мой ребенок:

- Аппетита нет, не ест
- Не играет
- Боли в животе усиливаются
- Есть вздутие живота
- Дефекация болезненна
- Произошло испражнение в белье

Особые указания:

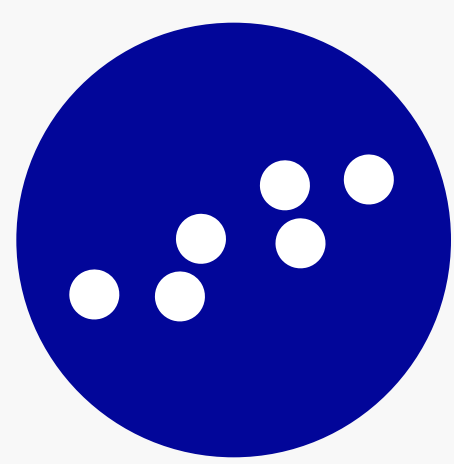
Покажитесь лечащему врачу

Рекомендации по применению лекарственных препаратов:

(наименование лекарственного препарата, дозировка и периодичность)

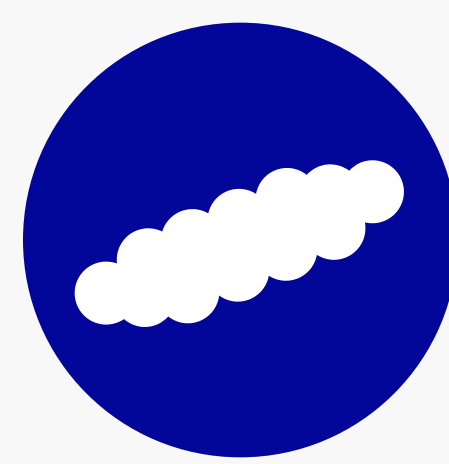
Обратите внимание!

Для облегчения описания формы стула удобно пользоваться «Бристольской шкалой».



Тип 1

Отдельные твердые
похожие на орешки комки



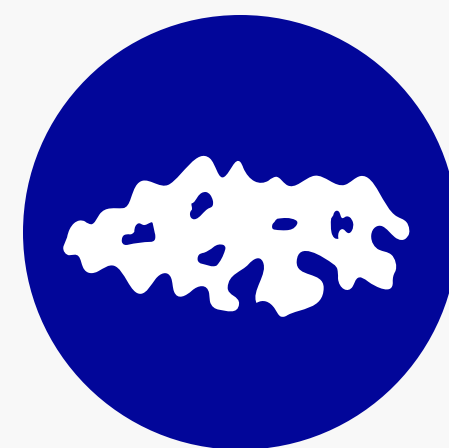
Тип 2

В виде колбаски, состоит
из спрессованных комочков



Тип 3

В виде колбаски или змеи,
гладкая и мягкая



Тип 4

Пушистые комочки с неровными
краями, кашицеобразный стул



Тип 5

Водянистый, без твердых частиц

Адаптировано из материалов: Gulati R, Komuravelly A, Leb S et al. Usefulness of Assessment of Stool Form by the Modified Bristol Stool Form Scale in Primary Care Pediatrics. *Pediatr Gastroenterol Hepatol Nutr.* 2018 Apr;21(2):93-100.

Обязательным условием эффективной дефекации является правильная поза ребенка на горшке или унитазе — необходимо приучать ребенка к посадке над горшком (унитазом) на корточках. При этом обязателен хороший упор для ног, что может быть обеспечено наличием в туалете низкой скамеечки для ребенка, на которую он может поставить ноги — это обеспечивает повышение внутрибрюшинного давления и более активное сокращением мышц брюшного пресса и таза^{1,2}.

Не правильно



Правильно



Лучшим временем для формирования физиологического акта дефекации является утреннее время после завтрака (6-9 часов), так как развивается гастроколитический рефлекс, который усиливает перистальтику кишки за счет растяжения желудка^{1,2}.

Ссылки

1. Бельмер С.В., Волынец Г.В., Горелов А.В. и др. Функциональные расстройства органов пищеварения у детей. Рекомендации общества детских гастроэнтерологов, гепатологов и нутрициологов. Часть 3. Российский вестник перинатологии и педиатрии. 2020; 6.
2. Денисов М.Ю. Восстановительное лечение детей с функциональным (обстипационным) энкопрезом. ВСП. 2010; 5.