

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Острые кишечные инфекции – одна из ключевых причин развития жизнеугрожающих состояний у детей

## Принципы помощи ребенку:

- 1 ВАЖНО!** С момента появления первых симптомов: **обязательное выпаивание ребенка**, контроль потери жидкости: частоты и объема мочеиспускания, стула
- 2 Уменьшение интоксикации**
- 3 Безопасное сокращение диарейных эпизодов и воспалительной реакции кишечника.**
- 4 Соблюдение диеты**
- 5 Соблюдение восстановительного периода после перенесенной кишечной инфекции**



# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## 1 Принципы выпаивания:

**Растворы для выпаивания:** Регидрон Био, Адиарин Регидро + бутилированная или кипяченая вода.

**Главный принцип:** сколько жидкости вышло, столько должно вернуться.

Следует давать выпивать стакан воды /раствора (дозированно, ложками, чтобы не спровоцировать рвоту, по 1 столовой ложке, чередуя их, с интервалом 3–5 минут)

**после каждого эпизода жидкого стула или рвоты.**



Если в первые сутки ребенок вялый, помимо сонливости у ребенка стали сухими губы и язык, прекратилось мочеиспускание, рвота не прекращается, либо вы не можете обеспечить полноценное выпаивание – требуется помочь врачей и внутривенное введение жидкости в стационаре. Срочно вызывайте скорую помощь!

## 2 Уменьшение интоксикации:

использование энтеросорбентов  
(Полисорб, Энтеросгель, Лактофильтрум и пр):

**ВАЖНО! Лучше воздержаться от привычного**

**активированного угля:** он окрашивает стул и рвотные массы в темный цвет, что может замаскировать картину течения заболевания.

При температуре выше 38 градусов дайте жаропонижающее, запишите время приема.

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### 3 Диарея и воспалительная реакция кишечника

Пробиотики занимают принципиально важное место в терапии острых кишечных инфекций у детей. Использование пробиотических препаратов в острый период болезни уменьшает продолжительность основных симптомов, улучшает санацию от возбудителя, способствует быстрому восстановлению микробиоценоза, а также улучшает метаболическую активность микробиоты кишечника.

Введение пробиотика поможет уменьшить тяжесть клинических проявлений, продолжительность заболевания и развитие осложнений.

Для достижения быстрого результата без рисков осложнений и нежелательных явлений, важно выбрать «правильный» **пробиотик с доказанной клинической эффективностью**, такой как **Энтеролактис Фибра**

#### Режим приема ЭНТЕРОЛАКТИС *Фибра*

по 1 флакону 1 раз в сутки на протяжении всего острого периода (через 2 часа после энтеросорбента) и в течение 1 месяца в период восстановления.

**ВАЖНО!** Ни в коем случае не давайте ребенку с диареей препараты Лоперамида (Имодиум, Диара), это может привести к усиленному всасыванию токсических веществ в кишечнике и развитию токсического шока!



# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## 4 Диета (2 этап):

**1 этап. Острый период (48 часов): Рекомендовано BRAT-диеты**

Можно:



Бананы



Рис



Яблочное  
пюре



Тосты

Запрещено:



Свежие овощи,  
фрукты



Газировка,  
сладости



Молоко  
и кисломолочные  
продукты



Жареное,  
копченое,  
фастфуд, сосиски

**2 этап. Диета: Стол №4:**

Можно:



Супы на втором-  
третьем бульоне  
без зажарки



Каши на воде  
(гречка, рис)



Вареное, тушеное  
нежирное мясо



Вареная, запечённая  
рыба (хек, минтай,  
судак, треска)

Запрещено:



Свежие овощи,  
фрукты



Газировка,  
сладости



Молоко  
и кисломолочные  
продукты



Жареное,  
копченое,  
фастфуд, сосиски



По мере ослабления симптомов следует понемногу добавлять в рацион привычные блюда, чтобы избежать дефицита калорий, белка, клетчатки, жира, витаминов и минералов.

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## 5 Период восстановления:



**Важно!** Обеспечить правильный восстановительный период после перенесенного заболевания.

Острая вирусная кишечная инфекция нарушает нормальный состав микробиоты и повреждает слизистую кишечника, вызывая ее воспаление, раздражение, повышенную кишечную проницаемость, нарушение всасывания питательных веществ, витаминов, микро- и макроэлементов. Это приводит к нарушениям нормального функционирования иммунной системы ребенка, делая его уязвимым к другим заболеваниям, и повышает вероятность развития функциональных расстройств ЖКТ.

### Терапия восстановительного периода:

**штамм-специфичный** синбиотик направленного действия:

**Энтеролактис Фибра по 1 флакону 1 раз в сутки на протяжении 1 мес.**

**Важно** принимать Энтеролактис Фибра правильно:

**Активировать флакон непосредственно перед приемом:**



1. Guarino A, Aguilar J, Berkley J, Broekaert I, Vazquez-Frias R, Holtz L, Lo Vecchio A, Meskini T, Moore S, Rivera Medina JF, Sandhu B, Smarrazzo A, Szajewska H, Treepongkaruna S. Acute Gastroenteritis in Children of the World: What Needs to Be Done? *J Pediatr Gastroenterol Nutr.* 2020 May;70(5):694-701. doi: 10.1097/MPG.0000000000002669. PMID: 32079974; PMCID: PMC7613312.
2. <https://www.youtube.com/watch?v=IYW9hpcAKw>
3. Guarino A, Lo Vecchio A, Dias JA, Berkley JA, Boey C, Buzzese D, Cohen MB, Cruchet S, Liguoro I, Salazar-Lindo E, Sandhu B, Sherman PM, Shimizu T. Universal Recommendations for the Management of Acute Diarrhea in Nonmalnourished Children. *J Pediatr Gastroenterol Nutr.* 2018 Nov;67(5):586-593. doi: 10.1097/MPG.0000000000002053. PMID: 29901556; PMCID: PMC7116696.
4. <https://FFF.youtube.com/Fatch?v=IYW9hpcAKFk>
5. Баранов А.А., Намазова-Баранова Л.С. Острая инфекционная диарея у детей : руководство для врачей (серия Болезни детского возраста от А до Я; вып. 26). Союз педиатров России. С. 72. ISBN: 5605052411. ISBN-13(EAN): 9785605052418.
6. Hartman S, Brown E, Loomis E, Russell HA. Gastroenteritis in Children. *Am Fam Physician.* 2019 Feb 1;99(3):159-165. Erratum in: *Am Fam Physician.* 2019 Jun 15;99(12):732. PMID: 30702253.
7. Сутовская Д.В., Литвинов Д.И. Эффективность применения синбиотика в комплексной терапии острых кишечных инфекций у детей. Российский педиатрический журнал. 2023; 26(6): 426–429. <https://doi.org/10.46563/1560-9561-2023-26-6-426-429> <https://elibrary.ru/ynzkgr>

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ