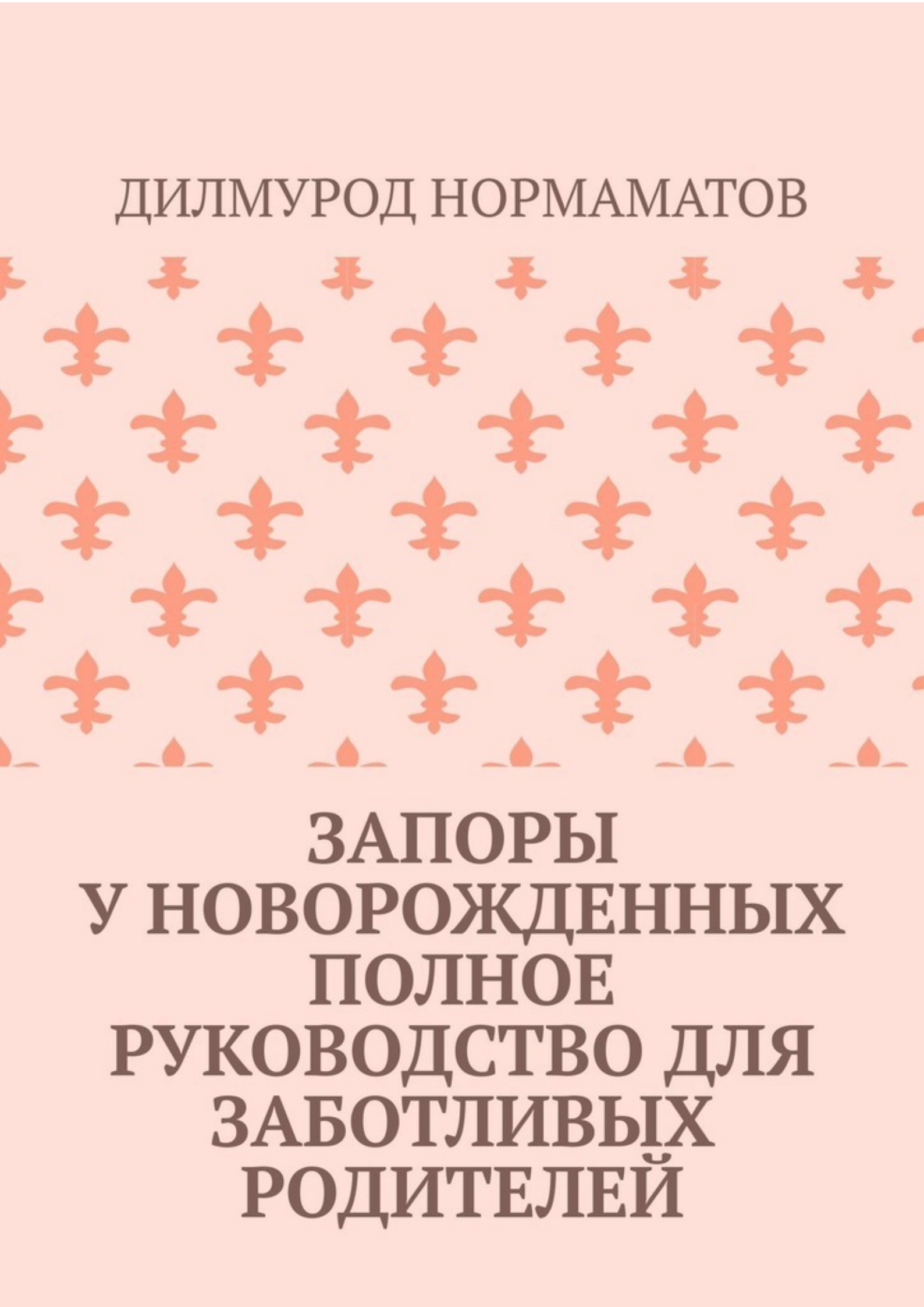


ДИЛМУРОД НОРМАМАТОВ



**ЗАПОРЫ  
У НОВОРОЖДЕННЫХ  
ПОЛНОЕ  
РУКОВОДСТВО ДЛЯ  
ЗАБОТЛИВЫХ  
РОДИТЕЛЕЙ**

Дилмурод Нормаматов

**Запоры у новорожденных.  
Полное руководство для  
заботливых родителей**

«Издательские решения»

**Нормамаатов Д.**

Запоры у новорожденных. Полное руководство для заботливых родителей / Д. Нормамаатов — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-641457-0

Эта книга предлагает исчерпывающее руководство для родителей, столкнувшихся с проблемой запоров у новорожденных. Книга также содержит практические советы по профилактике, включая правильное питание и режим дня малыша. Эта книга станет надежным спутником для родителей, стремящихся обеспечить здоровье и комфорт своим детям с первых дней жизни.

ISBN 978-5-00-641457-0

© Нормамаатов Д.  
© Издательские решения

# Содержание

1.1. Важность проблемы запоров у новорожденных	6
1.2. Цели и задачи исследования	7
2.1. Особенности строения и функционирования кишечника	9
2.2. Нормальная частота стула у новорожденных	10
Введение прикорма	11
3. Причины запоров у новорожденных	12
3.2. Искусственное вскармливание	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Запоры у новорожденных. Полное руководство для заботливых родителей**

**Дилмурод Нормаматов**

© Дилмурод Нормаматов, 2024

ISBN 978-5-0064-1457-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

**«Запоры у новорожденных: Полное руководство для заботливых родителей»**

– **Оглавление**

- 1.1. Важность проблемы запоров у новорожденных
- 1.2. Цели и задачи исследования
  - Физиология пищеварительной системы новорожденных
- 2.1. Особенности строения и функционирования кишечника
- 2.2. Нормальная частота стула у новорожденных
  - Причины запоров у новорожденных
- 3.1. Питание матери и влияние грудного молока
- 3.2. Искусственное вскармливание
- 3.3. Медицинские причины и патологии
- 3.4. Психологические и внешние факторы
  - Симптомы запоров у новорожденных
- 4.1. Физические симптомы
- 4.2. Поведенческие изменения
  - Диагностика запоров у новорожденных
- 5.1. Сбор анамнеза
- 5.2. Физикальное обследование
- 5.3. Дополнительные методы диагностики
  - Методы помощи при запорах у новорожденных
- 6.1. Коррекция питания матери и ребенка
- 6.2. Использование лекарственных средств
- 6.3. Физическая активность и массаж
- 6.4. Народные средства и их эффективность
  - Профилактика запоров у новорожденных
- 7.1. Правильное питание и режим кормления
- 7.2. Гигиенические процедуры и уход
- 7.3. Роль физической активности
  - Когда следует обратиться к врачу
- 8.1. Тревожные симптомы и их значение
- 8.2. Необходимость профессиональной помощи
  - Заключение

## 1.1. Важность проблемы запоров у новорожденных

Запоры у новорожденных – это распространенная проблема, с которой сталкиваются многие родители. Важно понимать, что запоры могут значительно влиять на общее состояние здоровья и самочувствие младенца. Нормальное функционирование кишечника необходимо для комфортного развития и роста ребенка. Проблемы с дефекацией могут привести к:

– **Дискомфарту и боли:** Новорожденные могут испытывать болевые ощущения и дискомфорт, что влияет на их поведение и сон.

– **Потере аппетита:** Запоры могут снижать аппетит у младенцев, что, в свою очередь, влияет на их питание и набор веса.

– **Раздражительности и плаксивости:** Постоянный дискомфорт может приводить к повышенной раздражительности, что усложняет уход за ребенком и нарушает эмоциональное состояние родителей.

– **Риск развития других заболеваний:** Длительные запоры могут стать причиной более серьезных проблем, таких как анальные трещины или геморрой.

Понимание и своевременное решение проблемы запоров у новорожденных имеют ключевое значение для обеспечения их здоровья и комфорта. Обращение к врачам и использование эффективных методов помощи позволяет избежать осложнений и способствует нормальному развитию ребенка.

## 1.2. Цели и задачи исследования

Цель данного исследования заключается в изучении проблемы запоров у новорожденных и разработке эффективных методов помощи и профилактики. Для достижения этой цели необходимо решить следующие задачи:

– **Анализ физиологических особенностей пищеварительной системы новорожденных:**

- Исследовать строение и функционирование кишечника у новорожденных.
- Определить нормальную частоту и характеристики стула у младенцев.

– **Выявление причин запоров у новорожденных:**

- Исследовать влияние питания матери и грудного вскармливания на частоту запоров.
- Рассмотреть влияние искусственного вскармливания.
- Определить медицинские причины и патологии, вызывающие запоры.
- Изучить влияние психологических и внешних факторов на возникновение запоров.

– **Изучение симптоматики запоров у новорожденных:**

- Описать физические симптомы, сопровождающие запоры.
- Выявить поведенческие изменения, характерные для новорожденных с запорами.

– **Разработка методов диагностики запоров:**

- Определить основные подходы к сбору анамнеза и физикальному обследованию.
- Рассмотреть дополнительные методы диагностики, используемые в медицинской практике.

– **Оценка методов помощи при запорах:**

- Изучить коррекцию питания матери и ребенка как метод помощи.
- Исследовать эффективность лекарственных средств, применяемых для лечения запоров.

– Рассмотреть роль физической активности и массажа в решении проблемы.

– Оценить народные средства и их эффективность в борьбе с запорами.

– **Разработка рекомендаций по профилактике запоров у новорожденных:**

- Определить принципы правильного питания и режима кормления.
- Разработать рекомендации по гигиеническим процедурам и уходу.
- Подчеркнуть важность физической активности для профилактики запоров.

– **Определение случаев, когда необходима консультация врача:**

- Выделить тревожные симптомы, требующие внимания специалистов.
- Подчеркнуть необходимость профессиональной медицинской помощи в сложных случаях.

– **Формулирование выводов и рекомендаций для родителей и опекунов:**

- Обобщить результаты исследования.
- Разработать практические рекомендации по уходу за новорожденными, направленные на предотвращение и лечение запоров.

## 2. Физиология пищеварительной системы новорожденных

### 2.1. Особенности строения и функционирования кишечника

Пищеварительная система новорожденных имеет свои уникальные особенности, которые необходимо учитывать для понимания причин и лечения запоров.

– **Недоразвитость пищеварительной системы:** У новорожденных кишечник еще не полностью сформирован и продолжает развиваться после рождения. Перистальтика (волнообразные сокращения кишечника) у новорожденных менее эффективна, что может приводить к задержке стула.

– **Малый объем желудка:** Желудок новорожденного имеет маленький объем, что ограничивает количество пищи, которое он может переварить за один прием. Это требует частых кормлений небольшими порциями.

– **Незрелость ферментативной системы:** У новорожденных ферменты, необходимые для переваривания пищи, вырабатываются в недостаточном количестве. Это особенно касается ферментов, ответственных за расщепление сложных углеводов и жиров.

– **Грудное вскармливание и адаптация кишечника:** Грудное молоко легко переваривается и абсорбируется, что снижает риск запоров. Однако при переходе на искусственное вскармливание или введении прикорма могут возникнуть трудности с пищеварением.

– **Микробиота кишечника:** Микрофлора кишечника у новорожденных только начинает формироваться. Грудное молоко способствует развитию полезных бактерий, что улучшает пищеварение и предотвращает запоры. Антибиотики и другие внешние факторы могут нарушить этот баланс, приводя к проблемам с кишечником.

## **2.2. Нормальная частота стула у новорожденных**

Частота и консистенция стула у новорожденных варьируются в зависимости от возраста и типа вскармливания.

– **Грудное вскармливание:** У новорожденных, которые получают исключительно грудное молоко, стул может быть довольно частым (до 8—10 раз в день) в первые недели жизни. Стул обычно желтого или зеленоватого цвета, мягкий или жидкий. Со временем частота может уменьшиться до одного раза в несколько дней, что также считается нормой, если ребенок не проявляет признаков дискомфорта.

– **Искусственное вскармливание:** У детей на искусственном вскармливании стул обычно реже (1—4 раза в день), и он может быть более плотным и темного цвета. Периоды между дефекацией могут быть длиннее, чем у детей на грудном вскармливании.

– **Введение прикорма:** С началом введения прикорма стул у новорожденного может измениться как по частоте, так и по консистенции. Важно следить за реакцией ребенка на новые продукты и корректировать рацион при необходимости.

Понимание этих физиологических особенностей и нормальных вариаций помогает родителям и медицинским специалистам своевременно выявлять отклонения и принимать меры для предотвращения и лечения запоров у новорожденных.

## 2.1. Особенности строения и функционирования кишечника

Пищеварительная система новорожденных имеет несколько специфических характеристик, которые играют важную роль в процессе пищеварения и могут влиять на возникновение запоров.

### 1. Недоразвитость мышечного слоя кишечника

– **Незрелость перистальтики:** Перистальтика у новорожденных еще не полностью сформирована, что приводит к менее эффективным волнообразным сокращениям кишечника. Это может вызывать замедление прохождения пищи и способствовать развитию запоров.

### 2. Незрелость ферментативной системы

– **Ограниченное количество ферментов:** В кишечнике новорожденных вырабатывается меньше ферментов, необходимых для расщепления пищи, особенно сложных углеводов и жиров. Это может приводить к неполному перевариванию пищи и, как следствие, к проблемам с дефекацией.

### 3. Микробиота кишечника

– **Формирование микрофлоры:** После рождения кишечник новорожденного начинает заселяться микрофлорой, которая играет важную роль в процессе пищеварения. Грудное молоко способствует развитию полезных бактерий, таких как бифидобактерии и лактобактерии, которые улучшают пищеварение и предотвращают запоры.

### 4. Особенности строения кишечника

– **Малый объем желудка:** Желудок новорожденного имеет небольшой объем, что ограничивает количество пищи, которое он может переварить за один прием. Это требует частых кормлений небольшими порциями.

– **Короткий кишечник:** Кишечник новорожденного относительно короткий по сравнению с взрослым, что влияет на скорость прохождения пищи через пищеварительный тракт.

### 5. Иммунные функции кишечника

– **Барьерная функция:** Кишечник новорожденного выполняет важную роль в защите организма от патогенов. Иммунные клетки, расположенные в стенках кишечника, помогают бороться с инфекциями и поддерживать здоровую микрофлору.

### 6. Влияние питания

– **Грудное вскармливание:** Грудное молоко легко переваривается и содержит все необходимые питательные вещества и ферменты, что способствует нормальной работе кишечника. Оно также содержит пребиотики, которые поддерживают рост полезных бактерий.

– **Искусственное вскармливание:** Смеси для искусственного вскармливания могут перевариваться тяжелее, чем грудное молоко, что иногда приводит к запорам. Важно выбирать адаптированные смеси, которые максимально приближены по составу к грудному молоку.

### 7. Гормональные факторы

– **Гормоны матери:** Некоторые гормоны, передающиеся через грудное молоко, могут влиять на работу кишечника новорожденного, стимулируя или замедляя его перистальтику.

Эти особенности строения и функционирования кишечника новорожденных объясняют, почему у них часто возникают проблемы с пищеварением и дефекацией. Понимание этих аспектов важно для своевременного выявления и лечения запоров, а также для разработки профилактических мер.

## 2.2. Нормальная частота стула у новорожденных

Частота стула у новорожденных может значительно варьироваться в зависимости от их возраста и типа вскармливания (грудное или искусственное). Понимание этих нормальных вариаций помогает родителям и медицинским специалистам оценивать состояние ребенка и своевременно выявлять отклонения.

### **Частота стула при грудном вскармливании**

– **Первые дни жизни:** В течение первых нескольких дней жизни новорожденные выделяют меконий – густой, черно-зеленый стул. Этот стул состоит из переваренных веществ, которые накопились в кишечнике ребенка до рождения. Меконий обычно выделяется в первые 24—48 часов после рождения.

– **Первый месяц жизни:** В первые недели жизни дети, находящиеся на грудном вскармливании, могут иметь стул после каждого кормления, что составляет до 8—10 раз в день. Стул в этот период обычно желтый или зеленоватый, с жидкой или кашеобразной консистенцией.

– **После первого месяца:** После первого месяца частота стула может снизиться до одного раза в несколько дней, и это также считается нормальным. Грудное молоко полностью усваивается, и у некоторых детей может быть редкий стул (раз в 3—7 дней) без признаков запора, если ребенок активен и чувствует себя хорошо.

### **Частота стула при искусственном вскармливании**

– **Первый месяц жизни:** Дети на искусственном вскармливании обычно имеют стул реже, чем груднички, от 1 до 4 раз в день. Стул может быть более плотным и темного цвета по сравнению с детьми на грудном вскармливании.

– **После первого месяца:** Частота стула у детей на искусственном вскармливании может варьироваться, но обычно составляет от одного раза в день до одного раза в два-три дня. Поскольку смеси перевариваются дольше, чем грудное молоко, дети на искусственном вскармливании могут иметь стул реже, но при этом не испытывать дискомфорта.

## Введение прикорма

– **Начало прикорма:** С началом введения прикорма, обычно в возрасте около 6 месяцев, характер и частота стула могут измениться. Стул может стать более густым и иметь более выраженный запах, изменяясь в зависимости от потребляемых продуктов. Частота дефекации может оставаться прежней или несколько увеличиться, но важно следить за реакцией ребенка на новые продукты.

### **Индивидуальные вариации**

Каждый ребенок уникален, и нормальная частота стула может варьироваться. Важно учитывать общие признаки здоровья и благополучия ребенка:

- Ребенок активен и проявляет интерес к кормлению.
- Отсутствие признаков дискомфорта или боли при дефекации.
- Набор веса и рост в соответствии с возрастными нормами.

Если ребенок чувствует себя хорошо и растет в пределах нормы, редкий стул может быть вариантом нормы. Однако, если есть признаки дискомфорта, боли или другие симптомы (например, рвота, отказ от пищи, кровянистый стул), следует проконсультироваться с педиатром для исключения возможных проблем.

## 3. Причины запоров у новорожденных

### 3.1. Питание матери и влияние грудного молока

Питание матери и качество грудного молока играют важную роль в функционировании пищеварительной системы новорожденного. Рассмотрим, как питание матери может влиять на возникновение запоров у младенцев.

#### **Влияние питания матери на грудное молоко**

– **Гидратация:** Недостаточное потребление жидкости матерью может привести к уменьшению количества грудного молока, что, в свою очередь, может вызывать запоры у новорожденного. Важно, чтобы мать потребляла достаточное количество воды и других жидкостей.

– **Питание, богатое клетчаткой:** Пища, богатая клетчаткой (фрукты, овощи, цельные злаки), способствует улучшению пищеварения и может влиять на качество грудного молока, помогая предотвратить запоры у младенца.

– **Сбалансированное питание:** Матери важно поддерживать разнообразное и сбалансированное питание, включая все необходимые макро- и микроэлементы, чтобы грудное молоко обеспечивало младенца всеми необходимыми веществами для нормального пищеварения.

#### **Влияние некоторых продуктов на грудное молоко**

– **Молочные продукты:** У некоторых детей может быть непереносимость белка коровьего молока, который может попадать в грудное молоко. Это может приводить к пищеварительным проблемам, включая запоры.

– **Газообразующие продукты:** Продукты, вызывающие газообразование у матери (капуста, бобовые, брокколи), могут влиять на состояние кишечника младенца, хотя прямая связь с запорами не всегда очевидна.

– **Аллергены:** Потребление аллергенов (например, орехов, сои) матерью может вызвать аллергическую реакцию у младенца, что иногда проявляется в виде запоров.

#### **Другие факторы, связанные с грудным молоком**

– **Колострум и переходное молоко:** В первые дни после рождения младенец получает колострум – первое молоко, богатое антителами и питательными веществами. Оно имеет слабительное действие и помогает очистить кишечник от мекония. Переходное молоко, которое приходит на смену колostrу, также способствует нормализации стула.

– **Созревание грудного молока:** По мере созревания грудного молока его состав меняется, адаптируясь к потребностям ребенка. Эти изменения могут влиять на частоту и консистенцию стула.

#### **Проблемы с лактацией и техника кормления**

– **Недостаток молока:** Недостаток грудного молока, связанный с проблемами лактации, может приводить к недостаточному питанию ребенка и, как следствие, к запорам.

– **Неправильное прикладывание к груди:** Неправильное прикладывание к груди может приводить к тому, что ребенок не получает достаточное количество молока, что также может стать причиной запоров.

#### **Медикаменты и добавки**

– **Лекарства, принимаемые матерью:** Некоторые лекарства, принимаемые матерью, могут попадать в грудное молоко и влиять на пищеварение младенца. Важно консультироваться с врачом перед приемом любых медикаментов.

– **Витаминные добавки:** Витаминные добавки, особенно железо, могут вызывать запоры как у матери, так и у ребенка, получающего грудное молоко.

Таким образом, питание матери и качество грудного молока имеют прямое влияние на состояние кишечника новорожденного. Поддержание сбалансированного и здорового раци-

она матери, правильная техника кормления и внимательное отношение к медикаментам и добавкам помогают предотвратить запоры у младенцев.

## **3.2. Искусственное вскармливание**

Искусственное вскармливание, в отличие от грудного, может влиять на частоту и консистенцию стула у новорожденных, иногда приводя к запорам. Рассмотрим основные причины запоров у младенцев на искусственном вскармливании.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.