

За 7 месяцев 2012 г. в Республике Алтай заболели острыми кишечными инфекциями 697 детей в возрасте до 14 лет, из них 251 (36%) - дети до 1 года.

Причинами заболевания остается крайне неудовлетворительное вскармливание детей, особенно грудных, первого года жизни. Прежде всего, это несоответствие продуктов питания возрастным особенностям организма ребенка, не соблюдение родителями при кормлении детей правил личной гигиены, сроков и условий хранения продуктов питания. Кормление детей первого года жизни с «общего стола» - недопустимо!

Лучшее питание для грудных детей – это молоко матери. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует исключительное грудное вскармливание до 6 месяцев. В материнском молоке содержится все, что нужно для полноценного питания новорожденного малыша в первые месяцы жизни. Если грудное вскармливание невозможно, питание новорожденных полностью обеспечивают детские молочные смеси.

Правильное питание детей на первом году жизни – залог гармоничного развития и формирования крепкого иммунитета. Поэтому так важно, чтобы суточный рацион питания ребенка включал только здоровую пищу, богатую витаминами и минералами.

Оптимальное время для расширения рациона наступает, когда растущему малышу нужно больше энергии, витаминов и минеральных веществ, чем он может получить с молоком или молочной смесью. Время введения прикорма определяет педиатр.

В некоторых случаях уже в первые шесть месяцев жизни ребенка родители пробуют давать ему продукты, которые его организм еще не в состоянии усвоить: коктейль «Здрайвер», колбасу, не кипяченое домашнее молоко, плохо помытые овощи. После этого обычно развивается диспепсия.

К основным мерам профилактики желудочно-кишечных заболеваний у детей раннего возраста относятся:

- Правильное вскармливание на первом году жизни;

- Употребление в пищу только доброкачественных, свежеприготовленных продуктов;

- Использование для питья только кипяченой воды;

- Колбасные изделия даже нежирных сортов, а тем более, копченые нельзя давать малышу до двух лет.

- Не рекомендуется блюда детского питания готовить заблаговременно и впоследствии разогревать.

- Соблюдать правила хранения продуктов и приготовления пищи.

Важно, чтобы ребенок усвоил основу здоровых привычек питания, а это - гигиена, частота, количество приема пищи, что позволит оградить детей от ряда болезней, связанных с нарушениями питания.