

Срыгивания у грудничков

Срыгивания случаются практически у всех детей в первые месяцы жизни. Причина — незрелость нервной системы и «клапана» между пищеводом и желудком. В 80% случаев это абсолютно безопасно и проходит само к 6–12 месяцам. Но как понять, где заканчивается норма и начинается болезнь? 1:

1. Физиологическое срыгивание (НОРМА)

Это просто «перелив» лишнего молока или воздуха.

Как это выглядит:

- **Время:** Происходит сразу после еды или в течение часа.
- **Объем:** Небольшое количество (от 1 до 2 столовых ложек). Часто молоко вытекает струйкой по подбородку, а не «бьет фонтаном».
- **Вид:** Свежее молоко или чуть створоженное (творожок).
- **Самочувствие малыша:**
 - Ребенок весел, активен, не плачет.
 - Не испытывает беспокойства во время срыгивания.
 - Хорошо набирает вес (главный критерий!).
 - Нет проблем с дыханием и носом.

Что делать родителям (Профилактика и помощь):

1. **Носом дышим:** Перед кормлением проверьте, чист ли носик у малыша. Заложенный нос заставляет ребенка хватать воздух ртом, провоцируя срыгивание.
2. **Правильный захват:** При грудном вскармливании следите, чтобы ребенок захватывал не только сосок, но и ареолу. При искусственном — соска должна быть полностью заполнена молоком (чтобы малыш не глотал воздух).
3. **«Столбиком»:** Подержите ребенка вертикально после кормления 10–15 минут. Положите его себе на плечо и слегка похлопайте по спинке — лишний воздух выйдет спокойно.
4. **Покой:** Не играйте активно с ребенком, не трясите его, не переворачивайте резко в течение 20–30 минут после еды.
5. **Чуть-чуть приподнять:** В кроватке можно слегка приподнять головной конец матраса (подложить пеленку под матрас, но не подушку под голову).

2: Патологическое срыгивание или рвота? (ОПАСНО!)

Иногда за безобидное срыгивание можно принять серьезные состояния. Смотрите на цвет, запах и поведение.

Красные флаги — когда нужно СРОЧНО показать ребенка врачу (педиатру, неврологу, хирургу):

1. **«Фонтан»:** Ребенок срыгивает с такой силой, что молоко вылетает на расстояние 30–50 см (буквально бьет струей). Это признак неврологических проблем или пилоростеноза (непроходимости).
2. **Цвет имеет значение:**
 - **Желтый или зеленый цвет.** Это признак примеси желчи — срочно к врачу!
 - **Коричневый или с прожилками крови.** Может говорить о внутреннем кровотечении.
3. **Ребенок беспокоен:** Малыш кричит, выгибается «дугой» во время или после срыгивания, поджимает ножки к животу.
4. **Плохой набор веса:** Ребенок срыгивает так много, что не может усвоить питательные вещества.

5. **Обезвоживание:** Западение родничка, редкое мочеиспускание (сухие пеленки), сухость кожи, вялость.
6. **Позднее начало:** Если срыгивания начались не в первые недели, а после 6 месяцев и усиливаются.
7. **Кашель и удушье:** Если молоко постоянно попадает в дыхательные пути (ребенок синее, задыхается, кашляет во время срыгивания).

Срыгивания и сон: Правило безопасности

Самое опасное — это срыгивание во сне лежа на спине.
Важно! Если ребенок срыгнул лежа, есть риск, что молоко попадет в дыхательные пути.

Что делать?

- **Профилактика:** Укладывайте спать ребенка на **жесткий матрас** с приподнятым изголовьем (валик под матрас).
- **Если ребенок срыгнул в кроватке лежа:**
 1. **НЕ берите его на руки вертикально резко!** Это может усилить заброс обратно.
 2. **Поверните голову малыша на бок.** Тогда молоко вытечет наружу через щечку, а не попадет в трахею.
 3. Аккуратно очистите ротик и носик (если нужно).
 4. Только потом можно взять на руки, если он проснулся.

Чем отличается рвота от срыгивания?

Признак	Срыгивание	Рвота
Напряжение мышц	Мышцы живота не напряжены. Молоко просто вытекает.	Мышцы пресса напрягаются, диафрагма сокращается. Ребенка «выталкивает» изнутри.
Самочувствие	Ребенок весел или спокоен.	Ребенок бледен, вял или сильно беспокоен. Может быть тошнота.
Содержимое	Только молоко/смесь.	Желчь, слизь, кислый запах, вода.

Вывод (Самое главное)

Норма: Малыш срыгивает, но счастлив, весел и хорошо поправляется.
Патология: Малыш срыгивает «фонтаном», желтым, с кровью, теряет вес или задыхается.