**Почему болит животик?**

Очень часто у маленьких детей (до 3 лет) возникают проблемы с животиком. Жалобы крохи могут свидетельствовать о самых разных недомоганиях. Естественно, что для решения этой проблемы, требуется консультация врача. Но, тем не менее, сами родители должны уметь распознать заболевание и вовремя принять соответствующие меры.

Если у малыша нет аппетита, он капризничает, то не нужно отчаиваться и демонстрировать ребенку свое беспокойство и не владение ситуацией. Нужно погладить животик вашего чада и спокойно поинтересоваться, где и как у него болит. Также нужно постараться припомнить, что он сегодня кушал, может быть на прогулке он попробовал что-нибудь «на зуб». Стоит обратить внимание и на другие симптомы, такие как наличие тошноты, температуры, поноса или запора, рвоты. В этом случае детали имеют важное значение .

Обладая определенной информацией о возможных детских заболеваниях, связанных с болями в животе, родители могут сами помочь малышу, либо принять решение о необходимости вызова врача.

*Переедание*

Как проявляется

Явными симптомами переедания являются легкая тошнота, вялость, тяжесть в животе, апатия.

Необходимые действия

Нужно уложить сына или дочку в постель. Можно дать ему ферментные средства, но только с разрешения врача.

Если кроху вырвало, дайте ему после этого воды.

Профилактика

Приучать ребенка к правильному и умеренному питанию.

*Колики*

С этой проблемой чаще всего сталкиваются дети первых месяцев жизни. Болезненные ощущения у новорожденного в животике возникают из-за попадания воздуха в кишечник.

Как проявляется

Малыш начинает плакать от боли после того, как поест. Плач может длиться до нескольких часов.

Необходимые действия

Если кроха находится на грудном вскармливании, то мама обязательно должна обращать внимание на то, как ребенок берет грудь. Малыш должен захватить ротиком сосок вместе с ареолой. Мама также должна сама правильно питаться и питаться легкоусвояемыми продуктами.

Если же малыш на искусственном вскармливании, то нужно сменить смесь (возможно, она ему не совсем подходит).

Профилактика

После еды малыша нужно подержать в вертикальном положении, чтобы лишний воздух вышел из его желудка. Вместе с воздухом может выйти и немного молока. В этом нет ничего страшного.

*Запор*

О запоре можно говорить, когда малыш ходит «по большому» лишь один раз в 7 дней.

Как проявляется

Отсутствием стула, метеоризмом.

Необходимые действия

Врачебная консультация, поскольку запор может выступать симптомом нарушений в работе различных органов и систем. Но чаще достаточно лишь сменить рацион малыша и режим дня. Полезно давать крохе кефир, «живые» йогурты, которые способствуют активизации деятельности кишечника. Послабляют курага и изюм. Карапуз также не должен быть обделен овощами. Хорошо влияет на нормализацию стула обильное питье в виде абрикосового, сливового и морковного соков. А вот от чая и какао лучше воздержаться до более старшего возраста. Каждое утро должно начинаться с зарядки. Малыш должен как можно больше двигаться, чтобы предотвратить застойные явления.

Профилактика

Движение, правильное питание, свежий воздух.

*Дизентерия*

Как проявляется

Резкое повышение температуры. Стул при этом у ребенка водянистый с примесями зелени или слизи. Боли в животе.

Необходимые действия

Ребенку необходимо давать глюкозо-солевой раствор. А после ослабления симптомов - вместо раствора несладкий чай. Врач может назначить антибиотики и специальную диету из каш, печеных яблок, котлет, приготовленных на пару.

Профилактика

Тщательно мыть продукты питания. После прогулки не забывать о мытье рук с мылом

*Сальмонеллез*

Чтобы заболеть достаточно съесть зараженное сальмонеллами яйцо.

Как проявляется

У совсем маленьких заболевание может выглядеть как обычная простуда. Возникает вялость, теряется аппетит. Сначала присутствует невысокая температура, но через день она «подскакивает» до высоких значений, возникает понос, рвота. Дети постарше могут жаловаться на резь в животе, рвоту, сразу поднимается высокая температура.

Необходимые действия

Обильное питье. Прием сорбентов. Потом врач может назначить и антибиотики.

Профилактика

Яйца обязательно варить до крутого состояния, а приготовление мяса должно длиться как можно дольше.

*Гепатит А*

Им кроха может заразиться через предметы, которые использовались инфицированным человеком или сырую воду из-под крана.

Как проявляется

Болью в животе, тошнотой, повышением температуры. Через несколько дней температура уменьшается, но проявляются другие симптомы: обесцвеченный кал и моча темно-желтого цвета, желтушность кожи и белков глаз.

Необходимые действия

С таким диагнозом обычно ребенка кладут в больницу. Во время болезни ребенку показана специальная диета из тушеных, отварных овощей, овощных супов, диетического мяса.

Профилактика

Прививка. Мытье рук с мылом после туалета и придя с улицы.

*Энтеровирусная диарея*

Можно заразиться от взятой в рот грязной игрушки или другого инфицированного ребенка.

Как проявляется

Болезнь начинается с диареи, может подняться температура. Появляется насморк, кашель болит горло.

Необходимые действия

В этом случае можно использовать лекарства, обычные для лечения простуды, предварительно согласовав с педиатром дозировку. Обильное питье.

Профилактика

Сводится к повышению иммунитета у ребенка.