

Елемесова А.Т.
Акимбаева Г.Ж.

БАЛАЛАРДЫҢ ІШ ҚАТУЫ

ІШ ҚАТУ ДЕГЕНІМІЗ НЕ?

- Іш қату – бұл баланың келесі
- күйде болуы:
- • Үлкен дәретінің қатуы
- • Үлкен дәретке отырғанда ауырсынады не
- болмаса дәретінің жүруі қиындайды
- • Аптасына үлкен дәретке 3-уден кем рет
- отырады

СЕБЕПТЕРІ

- 1. Үлкен дәретін ішінде ұстау
- Кейбір балалар үлкен дәретке барғысы келгенде оған шыдап және ішін тоқтатуға тырысады.
- Олар мұны көптеген себептермен жасауы мүмкін, мысалы,
 - • Дәретханадан қорқу
 - • Басқа жердегі дәретханаға барғысы келмеу
 - • Ойынды үзгісі келмеу
 - • Үлкен дәретке отырған кезде ауырсынудан қорқу
- 2. Баланы дәретханаға баруға үйрету
- Балалар оларды дәретханаға баруға үйрету кезінде қарсыласып және дәретке отырмауға тырысады. Кейде бұл әдетке айналып кетеді, ал әдетті өзгерту оңай емес.

- Тамақтанумен байланысты мәселелер

- Клетчатка: Тамағында клетчатканың жетіспеуі, ол жемістерде, көкөністерде және бүтін дәндерде бар.
- Сүт тағамдары: Сиыр сүтіне аллергия не болмаса сүт өнімдерін (сүт, ірімшік) тым көп мөлшерде пайдалану.
- Су / сұйықтар: Бала ауырған кезде суды не өзге түрдегі сұйықты аз мөлшерде тұтынады: баланың тәбетінің өзгеруі не болмаса ауруына байланысты диеталық тамақтану
- 4. Әдеттегі режимін өзгерту
- саяхат, ыстық не күйзеліс ішектің қызметіне әсерін тигізуі мүмкін.

-
- 5. Дәрілік құралдар
 - Кейбір дәрілік құралдар, мысалы антацидтік құралдар, антидепрессанттар және гипербелсенді баланың назар тапшылығы синдромы кезінде қабылдайтын кейбір препараттар іш қатуды тудыруы мүмкін.
 - 6. Медициналық күйлер
 - Бұлшық етінің мәселелері бар, бұлшық ет тонусы төмен не болмаса церебральді сал
 - ауруына шалдыққан балалар іш қатудан зардап шегуі мүмкін. Басқа медициналық
 - күйлер, мысалы глютенге не казеинге төзе алмаушылық тұңғыш рет іш қатуға
 - байланысты анықталуы мүмкін.

ҮЛКЕН ДӘРЕТТІҢ НЫҒЫЗДАНУЫ

- Іші қататын кейбір балалардың (барлығы емес)
- осындай проблемалары бар. Үлкен дәреттің
- нығыздануы баланың тоқ ішегінде
- нығыздалған нәжіс көп мөлшерде жиналып
- қалатын жағдай. Бұл баланың үлкен дәретке
- баруын қиындатады. Балалар дәрігері не
- болмаса медбике баланың үлкен дәретінің
- нығыздалғанын ішінің төменгі жағын қолмен
- ұстап не болмаса рентгенге түсіру арқылы
- тексерумен анықтай алады.
- Үлкен дәреті нығыздалып қалған балалардың
- көпшілігі тәбетін жоғалтып және аз
- қимылдайды. Үлкен дәретке отырғаннан кейін
- бала өзін жақсы сезіне бастайды, ал белгілері
- жоғалып кетеді.

- Нәжісін тежей алмау
- Іші қататын кейбір балалардың (барлығы емес) осындай проблемалары бар. Нәжісін тежей алмау – бұл іші қатқан баланың сұйық нәжісінің сыртқа ағып кетуі. Бұл үйреншікті мәселе.
- Баланың нәжісін тежей алмауы ол дефекацияны тежеп отырған жағдайда дамиды. Соның салдарынан оның үлкен дәретке отыруы қиындайды. Үлкен дәретке отыру уақыты ұзаққа созылады, ал нәжісі құрғақ бола бастайды. Тік ішекте нәжіс көп мөлшерде жиналған жағдайда бұлшық еттер қажып, босаңсиды. Осы бұлшық еттер босаңсығаннан кейін сұйық нәжіс үлкен нәжіс жиыны арқылы өтіп, іш киімге ағып кетуі мүмкін.
- Бала сұйық нәжістің аққанын сезбейді және процесті бақылай алмайды. Бұл бір күнде бірнеше рет орын алып отыруы мүмкін және іш киімнің былғануына әкеліп соқтырады.
- Кейде адамдар нәжісті тежей алмауды іш өтумен шатыстырып жатады. Бұл іш өту емес, себебі ішектегі нәжістің басым бөлігі қатқыл күйінде қалып отырады.
- Үлкен дәреті нығыздалып қалған балалардың көпшілігі тәбетін жоғалтып, аз қимылдайды.
- Үлкен дәретке отырғаннан кейін бала өзін жақсы сезіне бастайды, ал белгілері жоғалып кетеді.

ІШ ҚАТУДЫ КҮНДЕЛІКТІ ЕМДЕУ

- 1. Тамақтануды өзгерту
- Клетчатканың мөлшерін көбейту нәжістің мөлшерін көбейтіп, үлкен дәретке отыруды жеңілдетеді.
- • Сұйықтың, әсіресе су мен шырынның мөлшерін көбейту. Сұйық нәжістің
- жұмсаруына ықпал етіп, үлкен дәретке отыруды жеңілдетеді.

ІС-ҚИМЫЛЫН ӨЗГЕРТУ

- • Мерзімді түрде дене жаттығуларын жасау
- Дене жаттығулары іштің бұлшық еттерінің
- ішектегі нәжісті ұзын ішек арқылы
- жылжытып отыруына себін тигізеді.
- Мерзімді түрде дене жаттығуларын жасау,
- мысалы, жүру, секіргішпен секіру, қуаласпақ
- ойнау, велосипед айдау және суда жүзу іш
- қатуды жеңуге көмектеседі.

-
- Үлкен дәретке барғысы келгенін сезген кезде дәретханаға баруға дағдыландыру
 - Бала үшін оның үлкен дәретке барғысы келгенін сезген кезде дәретханаға баруы
 - маңызды. Балаларды осыны жасауға үйретудің ең жақсы әдісі күн кестесінде
 - баланың унитазда отыруына арнап уақыт бөлу.

ДӘРІЛІК ҚҰРАЛДАР

- • Баланың ішек перильстатикасы мерзімді, жұмсақ болып отыру үшін оған көп
- жағдайда дәрілік құралдар қажет болып отырады.
- • Күнделікті қабылдауға арналған дәрілік құралдар күнде қабылданады.
- • «Тазартқыш» препараттар баланың ағзасында жылжуы қиын нәжіс көп мөлшерде
- жиналып қалған жағдайларда ғана қолданылады.

БАЛАНЫҢ ТАМАҒЫНДАҒЫ КЛЕТЧАТКАНЫҢ МӨЛШЕРІН АРТТЫРУ

- Клетчаткаға бай тамақтану ішектің тұрақты перистальтикасын қамтамасыз етіп, іш қатудан
- құтылуға көмектесуі мүмкін.
- Клетчатка тамақтың құрамындағы өзін ағза ыдырата алмайтын зат болып табылады.
- Клетчатканың 2 типі бар: еритін және ерімейтін. Еритін клетчатка ішекті суға толтырады.
- Ерімейтін клетчатка нәжістің мөлшерін көбейтеді және оның ішек арқылы жылжуын
- қамтамасыз етеді. Үлкен дәрет жұмсақ болу үшін клетчатканың екі түрі қажет.
- Клетчатка салауатты тамақтанудың маңызды бөлігі болып табылады. Жеміс-көкөністер,
- бүтін дәндер, үрме бұршақ, жаңғақтар мен дәндер клетчаткаға бай. Олардың құрамында
- сонымен қатар протеин, дәрумендер мен минералдар бар.

СҰЙЫҚТЫҢ ТҮРЛЕРІ:

- 1. Су: сұйықтың ең жақсы көзі
- 2. 100% шырын: Салауатты таңдау, алайда ол келесі мөлшерде шектелген болуы тиіс:
 - • 6 жастан кіші балалар үшін күніне 120 – 180 мл.
 - • 6 жастан асқан балалар үшін күніне 240 – 360 мл.
 - • Кейбір шырындардың (алмұрт, алма, кептірілген жемістер) құрамындағы қант табиғи іш өткізгіш болып табылады және іш қатудан құтылуға көмектесуі мүмкін.
- 3. Сүт:
 - • Балалар тағамының маңызды бөлігі
 - • Сүтті тым көп мөлшерде тұтыну іш қатуға әкеп соқтыруы мүмкін

-
- • Мақсат: күніне 2-3 шынаяқ ішу.
 - 4. Су-тұз теңгерімін қалпына келтіруге арналған сусындар, спортшыларға арналған сусындар:
 - • Көбіне оларға қант қосылады
 - • Балаларға әрдайым келе бермейді
 - • Балаға бермес бұрын дәрігермен не медбикемен кеңесіңіз
 - 5. Морс, газдалған су:
 - • Көбіне оларға қант қосылады
 - • Балаларға әрдайым келе бермейді
 - • Жекелеген жағдайларды не кездейсоқ түрде қолдануды санамағанда.

ІШ ӨТКІЗГІШ ҚҰРАЛДАРДЫҢ 3 ТИПІ БАР. ОЛАРДЫҢ ӘСЕРІ ӘРТҮРЛІ БОЛЫП КЕЛЕ

- ді.
- 1. Осмотикалық іш өткізгіш құралдар нәжісті жұмсарту мақсатында оған су қосады.
- Олар қауіпсіз болып келеді және педиатриялық практикада кеңінен қолданылады.
- Әдетте олар күнделікті қолданылады. Оларды ұзақ уақыт қолдануға болады
- Мысалдар: электролитсіз полиэтиленгликоль, магний гидроксиді, магний
- цитрат, лактулоза, сорбитол, асқазанды шаюға арналған натрий оксидатымен

-
- Ширьқтырғыш іш өткізгіш құралдар тоқ ішектің бұлшық еттерінің ширьғуына көмектеседі және нәжісті ішек арқылы итеріп отырады. Әдетте жағдайға қарай қабылданады.
 - Мысалдар: піштен, бисакодил
 - Майлағыш іш өткізгіш құралдар нәжісті жылпылдақ етеді, бұл оның тік ішектен өтуін жеңілдетеді
 - Примеры: минералды май, глицеринді суппозиторий