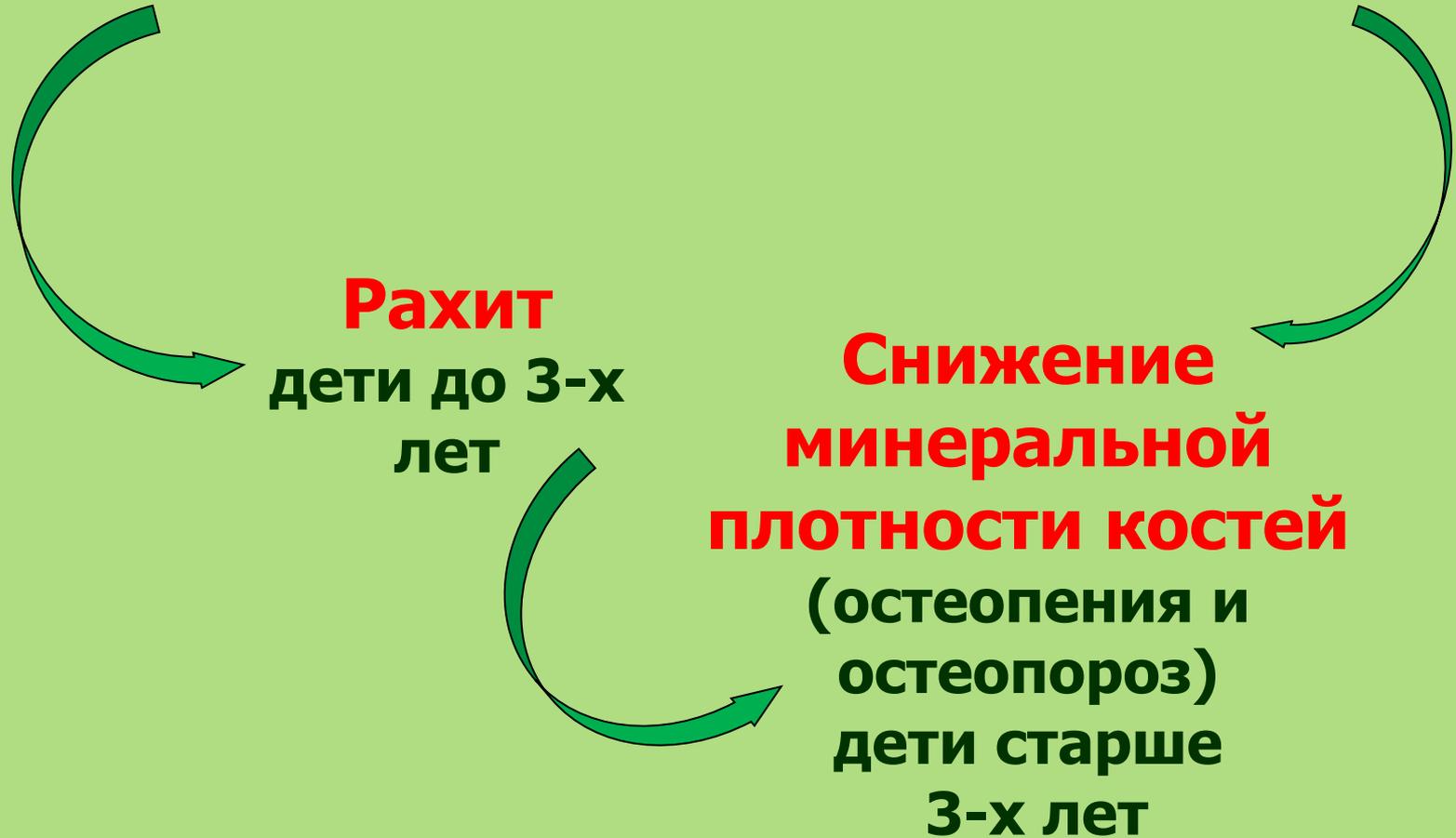




# Рахит: диагностика и профилактика

**Стенникова Ольга Викторовна**  
доцент, к.м.н.

# ДЕФИЦИТ КАЛЬЦИЯ И ВИТАМИНА Д



- **Снижение минеральной плотности костей**  
**(остеопения/остеопороз)**

**имеют от 10 до 30% практически здоровых детей 5-16 лет**

# Распространенность рахита

- Данные о распространенности рахита противоречивы, его частота остается высокой и составляет от **30 до 70%**
- Распространенность рахита в России за последние 5 лет **50-60%**

## **Факторы, предрасполагающие к развитию рахита (со стороны ребенка)**

- **Осенне-зимнее время рождения ребенка (недостаточная инсоляция, туманы) или в районах экологического неблагополучия**
- **Недоношенность, морфофункциональная незрелость**
- **Большая масса тела при рождении (более 4 кг)**
- **«Бурная» прибавка в массе в течение первых 3 месяцев жизни**
- **Раннее искусственное вскармливание (неадаптированными смесями)**

## **Факторы, предрасполагающие к развитию рахита (со стороны ребенка)**

- Недостаточное пребывание на свежем воздухе
- Недостаточный двигательный режим
- Заболевания кожи (нарушается синтез холекальциферола), печени, почек (нарушается образование активных метаболитов витамина Д), синдром мальабсорбции (нарушение абсорбции кальция, фосфора, витамина Д в кишечнике)
- Кишечные инфекции
- Прием противосудорожных препаратов

## **Факторы, предрасполагающие к развитию рахита (со стороны матери)**

- **Возраст матери менее 17 и более 35 лет**
- **Токсикозы беременных**
- **Экстрагенитальная патология**
- **Дефекты питания в антенатальном и постнатальном периоде (дефицит белка, изменение липидного состава, кальция, фосфора, витаминов Д, В)**
- **Недостаточная инсоляция**
- **Гиподинамия**
- **Осложненные роды**
- **Неблагополучные социально-экономические условия**

# Профилактика рахита

- **Период беременности** (соблюдение режима дня беременной, рациональное питание и прием витаминно-минеральных комплексов и препаратов кальция)
- **После рождения ребенка**
  - **неспецифическая** (достаточное пребывание на свежем воздухе, рациональное вскармливание, массаж, лечебная физкультура и т.п.)
  - **специфическая** (препараты витамина Д)

# Рациональное вскармливание

## Естественное вскармливание

- ❖ рациональное питание кормящей женщины
- ❖ прием витаминно-минеральных комплексов, содержащих кальций

**Смешанное или искусственное вскармливание** (при наличии противопоказаний к грудному вскармливанию или отсутствии грудного молока)

# Специфическая профилактика рахита

- С 3-4 недели жизни (доношенный ребенок) в дозе **500-1000 МЕ (1-2 капли)** витамина ДЗ ежедневно до 2-х летнего возраста (за исключением летних месяцев и курсов УФО)
- Недоношенным с 10-14 дня жизни - в дозе **1000 МЕ** ежедневно в течение 2 лет (дети с ЭНМТ и ОНМТ **1000 МЕ**)

# Препараты витамина Д3

- **«Вигантол» (масляный раствор) - холекальциферол (1 капля 500 МЕ)**
- **«Аквадетрим» (водный раствор) – холекальциферол (1 капля 500 МЕ)**
- **«Мультабс бэби» (масляный раствор вит. Д3, А, С) - холекальциферол (1 мл 500 МЕ)**