

ГАЙД ПО ОКИ

(острая кишечная инфекция)



Приветствуем вас!

Мы, Гребенюкова Настя и Горбунова Аня



 [doc_grebeniukova](#)

 [dr.gorbunovaanna](#)

Мы обе знаем, что проблема кишечных инфекций остро возникает тогда, когда совсем ее не ждешь. Может быть в отпуске, может дома или после дачи. И мы прекрасно понимаем, что данная проблема может возникать у всех. И у маленьких пациентов и взрослых. Поэтому мы, Аня - терапевт и Настя - педиатр, решили объединиться и сделать для вас данное руководство.



Здесь будут собраны новейшие и доказанные подходы к лечению острой кишечной инфекции (ОКИ)

Мы расскажем:

Откуда это заболевание берется

Кто его вызывает и как с ним бороться

Укажем на красные флаги болезни

Расскажем, когда можно справиться самому, а когда пора бежать в больницу

ОКИ это группа кишечных заболеваний.

Которая проходит остро с нарушением работы ЖКТ (желудочно-кишечного тракта).

Возбудителей, которые вызывают данное состояние, существует огромное множество. Это могут быть вирусные агенты, бактерии и простейшие микроорганизмы. В зависимости от того, какой патоген вызвал заболевание будет сильно меняться тактика наблюдения, лечения и изоляции.

! Самой распространенной группой кишечных инфекций являются вирусные кишечные инфекции.

Длительность вирусной инфекции обычно до 7 дней.

Их лечение принципиально не будет отличаться от банального ОРВИ.

В лечении так же прослеживается только симптоматическая терапия.



И не требуется никаких противовирусных препаратов (от кагоцела и феронов до арбидола и интерферонов). Эти препараты еще не доказали свою эффективность и безопасность, поэтому использоваться в терапии не могут.

- А вот симптоматическая терапия может быть различной и зависеть полностью от того симптома, что волнует.

! На втором месте бактериальные кишечные инфекции

К ним относятся и сальмонеллез, и дизентерия, и другие заболевания.

Данные заболевания требуют другого подхода к лечению, а именно

назначения антибактериальных препаратов, помимо симптоматической терапии.



Мы обсудили, какие бывают кишечные инфекции. Сейчас пришло время узнать, как понять, с какой инфекцией имеем дело и провести диагностику.

ДИАГНОСТИКА БЫВАЕТ ОЧЕВИДНА УЖЕ НА КЛИНИЧЕСКИХ ПРОЯВЛЕНИЯХ

Некоторые довольно специфические (особенные) симптомы могут подсказать, в какую сторону копать. Но самым основным, то есть в 80-90% всех кишечных инфекций, являются - вирусные. И только в 20-10% симптомы будут вызваны бактерией.

Что более характерно при ВИРУСНОЙ кишечной инфекции:

- Стул, как правило, водянистый, частый, обильный.
- Рвота так же бывает достаточно часто
- Температура может повышаться, а может и нет. Обычно она не очень высокая до 38.0
- Боль в животе может возникать, но не всегда. Она бывает по типу спазмов и проходит или облегчается после дефекации.

Что более характерно при БАКТЕРИАЛЬНОЙ кишечной инфекции:

- Стул может быть разным: может быть частым, со слизью или примесью крови. Иногда, как при дизентерии - он может отсутствовать совсем.
- Высокая температура
- Часто с болью в животе

Основная диагностика кишечных инфекций заключается в определении возбудителя, могут проводиться обследования:

- Кал на бактериальный посев, при выявлении патогена, с определением антибиотикочувствительности.
- Анализ кала на дизентерийную группу;
- ОКИ-скрин (это ПЦР анализ кала на основные группы возбудителей кишечной инфекции: шигеллы, сальмонеллы, кампилобактерии, аденовирус, норовирус, астровирус, ротавирус).

ЧЕМ ЛЕЧИТЬ?

Ограничений в питании как таковых - нет.

Можно и нужно кушать все, что хочется. Лучше часто, но маленькими порциями.

- Единственное, что можно ограничить это - молочные продукты, так как они могут увеличивать диарею за счет временной вторичной лактазной недостаточности.

Когда мы теряем большое количество жидкости, мы обязаны его

в полной мере возобновлять. Для этого могут подойти любые жидкости.

- Но важно понимать, что при диарее и рвоте теряется не только вода, а большое количество важных солей и ионов. Поэтому для возобновления водно-солевого баланса в организме лучше использовать готовые растворы.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

- Регидрон био
- Хумана электролит
- Гастроли
- Адиарин регидрокомплекс



Дается небольшими порциями 5-10 мл каждые 5-7 минут.

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

- Регидрон био
- Адиарин
- Гидромакс



Так же часто и небольшими порциями..

При повышении температуры тела и болях в животе для **ВЗРОСЛЫХ**

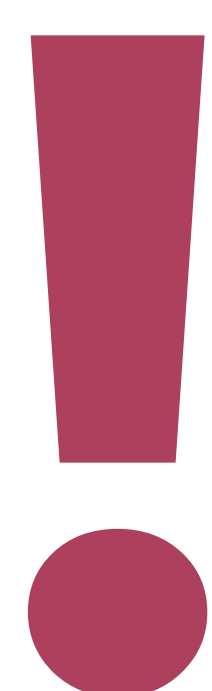
- могут использоваться жаропонижающие обезболивающие средства, например ибупрофен до 1200 мг в сутки, парацетамол до 4000 мг в сутки.

Для **ДЕТЕЙ** используют так же парацетамол и ибупрофен,

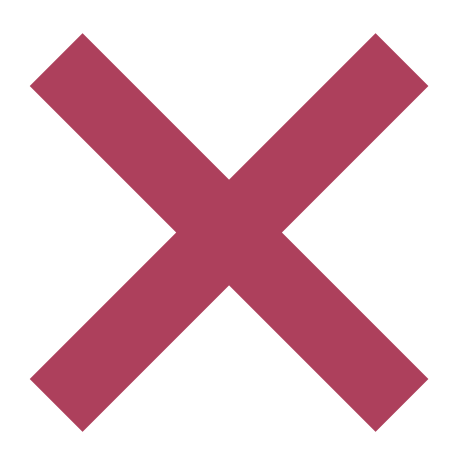
- но для расчета детской дозировки и кратности приема лучше обратиться к вашему педиатру.

Не стоит терпеть боль или ждать, пока температура повысится.

- Если данные симптомы доставляют дискомфорт, лучше принять таблетку и облегчить симптомы.



При бактериальной инфекции назначаются антибактериальные препараты. Они подбираются врачом индивидуально после выявления возбудителя.



ТЕПЕРЬ ОБСУДИМ ЧТО НЕ СТОИТ ПРИНИМАТЬ

ЭНТЕРОФУРИЛ (нифуроксазид) - данный препарат может помочь при бактериальных инфекциях, но мы уже знаем, что 90%

- кишечных инфекций - вирусные.

А когда есть бактериальная инфекция, мы стараемся выявить возбудителя и не назначать препараты широкого спектра действия

ЭНТЕРОСОРБЕНТЫ (смекта, активированный уголь, энтеросгель, полисорб) - данная группа препаратов может помогать только пока возбудитель

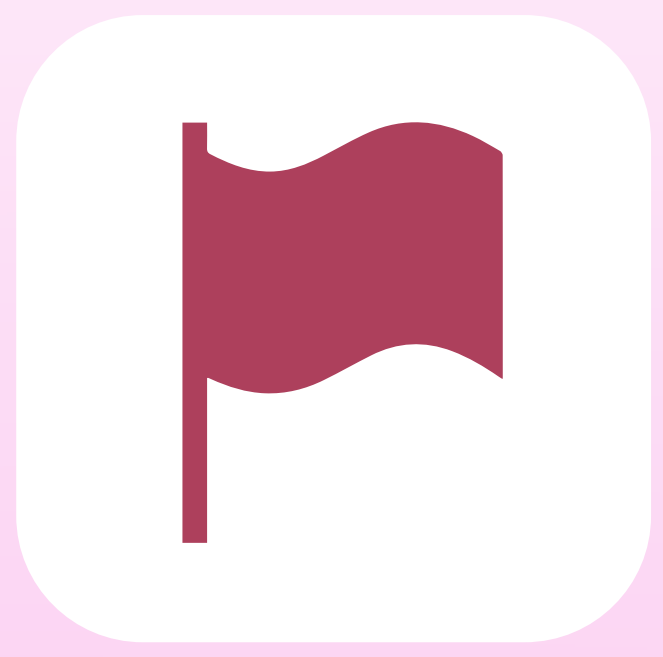
- находится в просвете кишечника. Но поймать его в такой момент практически невозможно, соответственно эффекта ждать не стоит

ПРОТИВОДИАРЕЙНЫЕ/ПРОТИВОВРВОТНЫЕ препараты так же НЕ должны использоваться при кишечных инфекциях.

- Такие свойства как диарея/рвота являются механизмом защиты при инфекциях. Они позволяют быстрее вывести патоген из организма. А данные препараты могут только замедлить выздоровление и «задержать» возбудителя в организме.

ПРОБИОТИКИ (энтерол (сахаромицеты буларди), лактобактерии и др.) вообще не нужны при отравлениях. Они не принесут ни пользы, ни вреда, они просто пройдут без какого либо эффекта сквозь кишечник.

- Вообще они крайне редко нужны и, как правило, не смогут реально восстановить кишечную микрофлору. Для этого полезнее, вкуснее и эффективнее использовать ферментированные продукты уже после инфекции.



КОГДА СТОИТ ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ

- Если препараты неэффективны
(не снижается температура, сохраняются боли в животе)

Неукротимая рвота

- (когда невозможно ни стакан воды выпить, ни что-то съесть, сразу провоцируется рвота)
- Появление крови в стуле
- Возраст меньше 6 месяцев
- Сильное обезвоживание:

ПРИЗНАКИ ОБЕЗВОЖИВАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

- Сухость кожных покровов и слизистой
- Снижение диурез
(мочеиспускание меньше, чем 1 раз в 5 часов)
- Слабость/вялость
- Обильная рвота и диарея, которая приводит к потере веса
- Плач без слез



ПРОФИЛАКТИКА КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ:

Самые рабочие способы:

- Мыть руки
- Мыть продукты питания перед употреблением
- Употреблять только бутилированную, кипяченую воду
- Не употреблять в пищу не до конца приготовленную, сырую пищу
- Для детей есть вакцинация от ротавирусной инфекции N.B:
(полный курс вакцинации надо провести до 8 месяцев жизни.)

НА ЭТОМ ВСЕ!

В данном гайде затронуты основные, базовые вещи, которые надо знать каждому. Надеемся, что данный гайд окажется для вас полезным. Будьте здоровы. И не забывайте подписаться на наши странички в инстаграме, мы стараемся для вас создавать крутой, полезный контент. Ваши Настя и Аня



 [doc_grebeniukova](#)

 [dr.gorbunovaanna](#)

