

ЛАКТАЗНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ

Доктор медицинских наук, профессор А.И. Хавкин

ВСЕ ЭЛЕМЕНТЫ, НЕОБХОДИМЫЕ МАЛЫШУ, СОДЕРЖАТСЯ В ГРУДНОМ МОЛОКЕ: ЭТО И ЛЕГКО УСВАИВАЕМЫЙ БЕЛОК, И КАЛЬЦИЙ, И ЖИРОРАСТВОРИМЫЕ ВИТАМИНЫ. ОДНАКО ДАЛЕКО НЕ ВСЕ ДЕТИ ХОРОШО УСВАИВАЮТ МОЛОКО, ДАЖЕ МАТЕРИНСКОЕ. В ЧЕМ ПРИЧИНЫ ЭТИХ НАРУШЕНИЙ? КАК РАСПОЗНАТЬ ЛАКТАЗНУЮ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ, И СОХРАНИТЬ ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ?

Основной углевод молока — молочный сахар лактоза. Лактоза придает молоку сладкий вкус и состоит из глюкозы, поставляющей энергию, и галактозы, необходимой для формирования центральной нервной системы. Расщепление лактозы на глюкозу и галактозу происходит только под действием фермента лактазы. Фермент лактаза вырабатывается энтероцитами, то есть клетками слизистой оболочки тонкой кишки. Если лактазы вырабатывается мало, то сколько бы лактозы ни поступило в организм, усваивается она будет мало. А если нерасщепленной лактозы в кишечнике слишком много, это провоцирует поступление оды из организма в полость кишечника, в результате у ребенка развивается жидкий стул и повышается газообразование, акое состояние называется лактазной недостаточностью.

Непереносимость молочного сахара распространена чрезвычайно широко, и далеко не всегда ее следует рассматри-

вать как заболевание, подлежащее лечению. Очень многие взрослые не переносят лактозу, но не испытывают в связи с этим каких-либо неудобств, просто они не употребляют в пищу цельное молоко.

А вот у малышей проблема лактазной недостаточности приобретает особую важность, так как для них молоко — это основной продукт питания.

Лактазная недостаточность бывает первичной и вторичной. Первичной называется лактазная недостаточность, при которой снижена активность фермента, но вырабатывающие лактазу энтероциты не повреждены. Врожденное нарушение процесса выработки лактазы встречается достаточно редко. Чаще встречается лактазная недостаточность взрослого типа — случаи, когда активность лактазы падает к 3–5 годам, то есть в период после окончания грудного вскармливания. Такое снижение активности лактазы считается физиологической нормой.

Также первичная лактазная недоста-



точность часто встречается у недоношенных детей, у доношенных но незрелых к моменту рождения малышей — их кишечник просто не успел выйти на нужный уровень производства этого важного фермента. В этих случаях активность лактазы нормализуется по мере созревания ребенка — когда малыш подрастет, и его пищеварительная система окончательно сформируется, он прекрасно сможет употреблять молочные продукты.

Симптомы первичной лактазной непереносимости проявляются со временем, по мере увеличения количества потребляемого молока. В первые недели жизни малыша появляется повышенное газообразование, затем — боли в животе, и только потом — жидкий стул.

Гораздо чаще приходится сталкиваться со вторичной лактазной недостаточностью, вызванной каким-либо заболеванием — кишечной инфекцией, воспалительными процессами, иммунными реакциями на белок коровьего молока. В результате этих заболеваний повреждаются энтероциты. Бывает так, что лактазная недостаточность возникает как следствие пищевой аллергии — на белок коровьего молока, или те продукты, которые употребляет кормящая мама. Основным заболеванием в этом случае является аллергическое воспаление в кишечнике, а лактазная недостаточность оказывается его осложнением.

Итак, как же можно заподозрить наличие лактазной недостаточности? Через некоторое время после употребления молока или молочной смеси, когда пища попадает в тонкую кишку, где в норме и происходит процесс ферментации всех сахаров (лактозы, сахарозы, галактозы и др.), у ребенка отмечается урчание и вздутие живота. Повышенное газообразование вызывает кишечные колики и беспокойство малыша. Малыш безутешно плачет, нарушается сон, «народные» средства видимых улучшений не приносят.

Из-за нарушения расщепления молочного сахара в тонкой кишке и всасывания

жидкости в толстой кишке, у ребенка развивается понос. Характер стула меняется — он становится частым, жидким, пенистым, приобретает неприятный кислый запах, что связано с усиленными процессами брожения в кишечнике. Часто дети с лактазной недостаточностью хуже прибавляют в весе.

В женском, грудном молоке, в отличие от коровьего, содержание лактозы не очень высокое. Поэтому, даже у недоношенных детей с незрелыми кишечными ферментами проявления лактазной недостаточности могут быть незначительными. Диагноз обычно ставится на основании характерной клинической картины и, при необходимости, подтверждается дополнительными методами обследования: Вы можете сделать анализ кала «на углеводы», также применяется определение содержания водорода в выдыхаемом воздухе. У некоторых малышей, находящихся на естественном вскармливании, в анализах кала выявляется недостаточность фермента лактазы, но при отсутствии нарушений стула и спокойном поведении ребенка, особого лечения не требуется.



Лактазная недостаточность относится к категории заболеваний, с которыми можно бороться только с помощью правильно подобранной диеты. При подтверждении диагноза следует снизить содержание лактозы в диете. Вы, наверное, знаете, что грудное молоко — лучшая пища для ребенка первых месяцев жизни, поэтому уменьшение количества грудного молока в диете нежелательно. Естественное вскармливание сохраняют! Но при этом назначают препараты фермента лактазы, они расщепляют лактозу, не влияя на остальные свойства грудного молока. Фермент вносят в небольшое количество сцеженного грудного молока, а затем докармливают малыша оставшимся молоком по его желанию. Дозировки и длительность лечения ферментом лактазы назначается индивидуально: чем больше углевода не усваивается, тем большая доля молока должна быть предварительно обработана ферментом.

При смешанном или искусственном вскармливании решается вопрос о подборе низолактозных или безлактозных смесей. Этот процесс не всегда проходит гладко, часто доставляя родителям множество хлопот. Необходимо помнить, что избыточное снижение количества лактозы в диете нежелательно. Детям, находящимся на искусственном вскармливании, следует подобрать смесь с максимальным количеством лактозы, не вызывающим появления симптомов лактазной недостаточности, и повышенным содержанием в кале. Вообще, выбор схемы лечения — дело врача. В арсенале современной медицины есть достаточный набор средств, способных помочь пациентам со всеми формами лактазной недостаточности.

Заподозрить лактазную недостаточность можно по следующим признакам:

1. Вздутие живота, повышенное газообразование.

2. Беспокойство ребенка во время или после кормления; Малыш обычно имеет хороший аппетит, жадно прикладывается к груди, но спустя несколько минут после начала кормления плачет и беспокоится. Со временем может появиться страх перед кормлением.

3. Частый, воднистый, пенистый стул с кислым запахом. Нужно помнить, что при использовании одноразовых подгузников жидкость моментально впитывается, поэтому необходимо собрать стул на материал, который не впитывает воду.

4. В тяжелых случаях лактазной недостаточности ребенок плохо набирает вес или теряет в весе, возможно и развитие симптомов обезвоживания.

Чтобы подтвердить лактазную недостаточность, нужно определить общее содержание углеводов в кале (сдать анализ «кал на углеводы»). В этом анализе указана норма содержания углеводов в кале у ребенка до года: 0 — 0,25%. Отклонения от нормы могут быть:

- незначительными (0,3 — 0,5%)
- средними (0,6 — 1,0%)
- существенными (более 1%)

Для детей, которые получают только грудное молоко, этого теста достаточно, чтобы выявить о лактазную недостаточность.

Консультация и лечение детей с лактазной недостаточностью:

НИИ педиатрии и детский хирургии, ул. Талдомская, 2. Тел. 487-4681, www.pedklin.ru e-mail: gastro@pedklin.ru.

МНИИ Эпидемиологии и Микробиологии им. Г.Н. Габричевского, ул. Адмирала Макарова, 10. Регистратура тел. 452–1825

ДКБ № 13 им. Н.Ф. Филатова, Садовая-Кудринская ул., 15. Справочная тел. 254 91 29



Лактазная Недостаточность

кормите грудью!

✓ Лактаза Бэби предотвращает симптомы лактазной недостаточности: метеоризм, кишечные спазмы, диарею

✓ Всего 1 капсула на 1 кормление ребенка до 1 года

✓ С рождения

✓ Дополнительный источник фермента лактазы



Производитель: National Enzyme Company (США)

Спрашивайте в аптеках города
Доставка на дом
тел. 755-9395