

Неотложные состояния, связанные с болезнями

Практическое руководство для родителей и опекунов: как распознать тревожные симптомы и правильно действовать до приезда врача.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ДЕТЯМ



СОДЕРЖАНИЕ

Темы этого руководства

01

Повышение температуры

Лихорадка, когда давать жаропонижающее

02

Судороги и припадки

Эпилептический припадок, судороги при температуре

03

Гипогликемия, рвота, боли

Приступы при диабете, ЖКТ-симптомы

04

Ухо, горло, зубы

Боли и алгоритмы первой помощи

05

Круп, икота, аллергия

Приступы удушья и аллергические реакции

Повышение температуры тела (лихорадка)

Лихорадка — защитная реакция организма на инфекцию или повреждение. На её фоне синтезируются антитела, активизируется работа лейкоцитов и усиливаются защитные функции печени. Это сигнал, а не болезнь сама по себе.



Симптомы лихорадки у ребёнка

По внешнему виду ребёнка бывает сложно определить жар. Некоторые дети остаются активными даже при высокой температуре. Немедленно измерьте температуру, если замечаете:

Поведенческие признаки

- Нетипичная раздражительность или вялость
- Беспричинный плач, капризность
- Повышенная сонливость
- Необычное возбуждение

Физические признаки


- Горячие лоб и тельце на ощупь
- Ребёнку жарко, несмотря на нормальную температуру в комнате
- Учащённое дыхание
- Покраснение кожи лица

📄 Прикоснитесь тыльной стороной кисти или губами ко лбу ребёнка – простой способ первичной оценки температуры.

Нормальные границы температуры

Нормальная температура тела зависит от места измерения. Используйте эти значения как ориентир:

| Место измерения | Норма |
|---|--------------|
| В полости рта | 36,5–37,5 °C |
| В подмышечной впадине / паховой складке | 36,0–37,0 °C |
| В прямой кишке | 37,0–38,0 °C |
| В наружном слуховом проходе | 36,8–37,8 °C |

 Ректальная температура считается наиболее точной, особенно у детей до года.

Алгоритм действий при лихорадке

1 Уложите ребёнка

Обеспечьте покой и горизонтальное положение.

2 Обильное питьё

Жидкость должна быть тёплой – близкой к температуре тела.

3 Прохладный воздух

Оптимальная температура в комнате – 17–20 °С.

4 Одежда по цвету кожи

Розовая кожа – минимум одежды. Бледная кожа – оденьте теплее.

5 Вызовите врача

При любых сомнениях – не откладывайте обращение за помощью.



Когда давать жаропонижающее

Не всегда высокая температура требует немедленного приёма лекарств. Следуйте этим рекомендациям:

Здоровые дети старше 2 месяцев

Жаропонижающее при температуре выше 38,5 °С в подмышечной области.

Дети младше 2 месяцев

Жаропонижающее при температуре выше 38 °С – немедленно.

Дети с хроническими заболеваниями

Болезни ЦНС, пороки сердца, аномалии обмена веществ – при температуре выше 38 °С.

Дети с судорогами в анамнезе

Если ранее отмечались судороги на фоне температуры – жаропонижающее при выше 38 °С.

При любой температуре

Если сопровождается болью, бледностью, выраженным недомоганием или нарушением сознания.

Эпилептический припадок

Эпилептический припадок проявляется внезапной потерей сознания, сопровождающейся общими судорогами или судорожными сокращениями отдельных групп мышц. Припадок, как правило, продолжается около 3 минут, после чего ребёнок приходит в сознание или погружается в глубокий сон.



Симптомы эпилептического припадка

→ Потеря сознания

Начинается внезапно, иногда ребёнок при этом вскрикивает.

→ Ригидность мышц

Выгибание спины, напряжение и отвердевание мышц тела.

→ Судорожные сокращения

Ритмичные конвульсии конечностей и туловища.

→ Пена изо рта

Часто розовая — из-за прикусывания языка во время припадка.

→ Непроизвольное мочеиспускание

Возможно произвольное выделение мочи и кала.



Алгоритм действий при эпилептическом припадке



1 Подхватите ребёнка

По возможности поддержите при падении, уложите на спину на пол.

2 Подложите подушку

Положите мягкое под голову, придерживайте её, чтобы ребёнок не ударился.

3 Проверьте дыхание

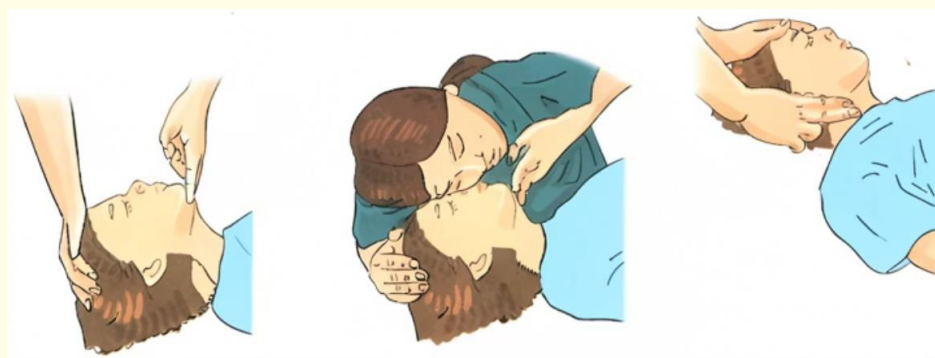
После судорог – проверьте дыхание и сердечную деятельность, убедитесь в проходимости дыхательных путей.

4 Безопасное положение

Если ребёнок дышит – уложите на бок, не оставляйте без присмотра.

5 Обратитесь к неврологу

После любого припадка необходима консультация невропатолога.




Вызывайте скорую помощь и чего не делать

Вызовите скорую, если:

- У ребёнка раньше не было судорожных припадков
- Припадки повторяются один за другим
- Сознание не возвращается дольше 10 минут

Категорически запрещено:

- Попытаться разжать рот или вставить что-либо между зубами
- Попытаться привести ребёнка в сознание во время приступа
- Будить ребёнка после приступа

 Главная задача родителя во время припадка – обеспечить безопасность ребёнка, а не прерывать сам приступ.

Судороги при высокой температуре

У некоторых детей до 5 лет повышение температуры при инфекционных заболеваниях сопровождается судорогами. Это пугающее, но, как правило, кратковременное состояние, требующее чёткого и спокойного алгоритма действий.



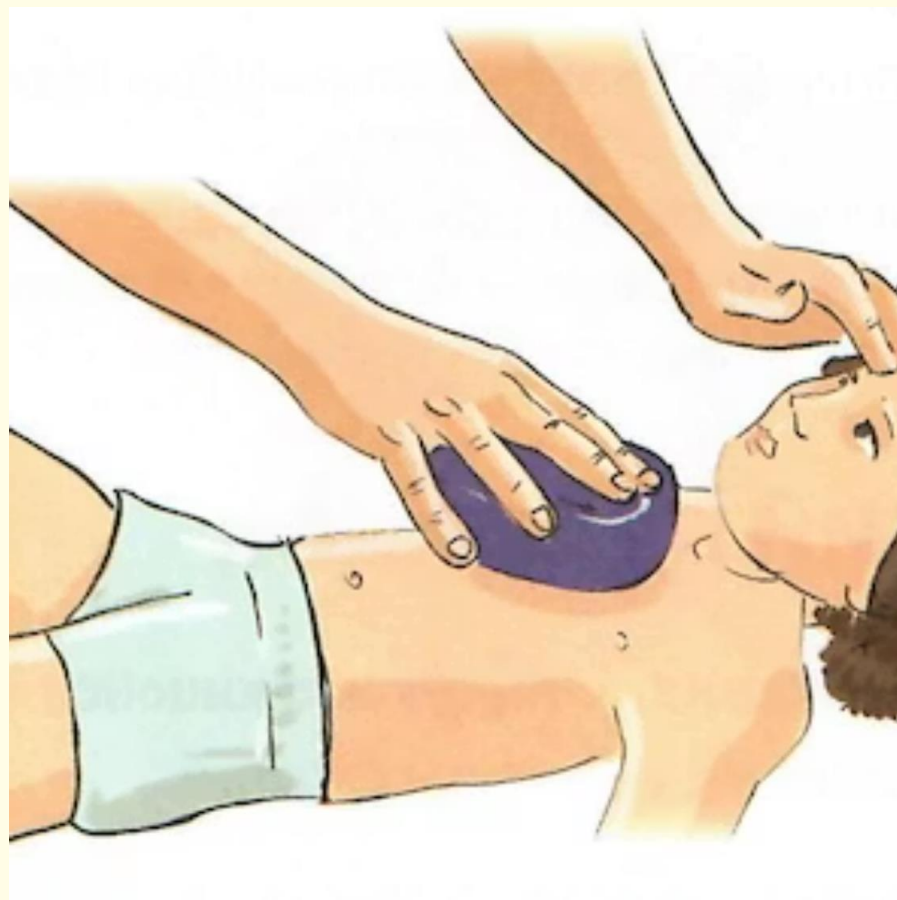
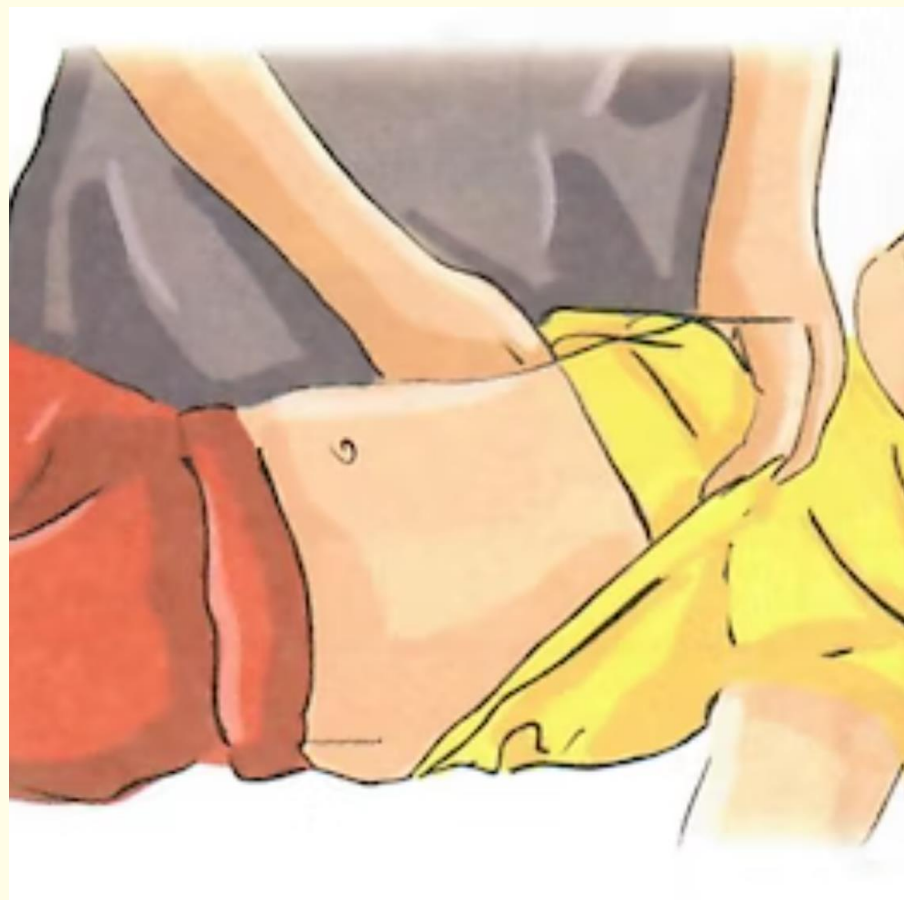
Симптомы и алгоритм действий при температурных судорогах

Симптомы

- Покраснение кожи, очень горячий лоб
- Сильное потоотделение
- Взгляд «в никуда», закатывание глаз
- Выгибание спины, ригидность мышц
- Подрагивания рук и ног, синюшность лица

Алгоритм действий

1. Снимите одеяло и одежду с ребёнка
2. Обеспечьте свежий воздух в комнате (18–20 °С)
3. Оботрите ребёнка губкой, смоченной в тёплой воде
4. Уложите на бок, укройте тонким одеялом
5. Дайте жаропонижающее (парацетамол или ибупрофен)
6. Обеспечьте обильное питьё
7. Если судороги не прекращаются – вызовите скорую



Что запрещено при температурных судорогах

Холодные компрессы

Не охлаждайте ребёнка влажными холодными простынями, пузырями со льдом или холодными клизмами.

Спирт и уксус

Растирание раствором спирта или уксуса строго запрещено — это опасно для детей.

Вентилятор

Не ставьте включённый вентилятор рядом с раздетым ребёнком.

Опасные препараты

Не давайте аналгин, амидопирин, фенацетин — они противопоказаны детям.



ГЛАВА 4

Приступ гипогликемии

Гипогликемия – резкое снижение уровня глюкозы в крови у детей с сахарным диабетом. Это неотложное состояние, которое при отсутствии помощи может привести к потере сознания и диабетической коме с необратимыми последствиями для мозга.

Симптомы и алгоритм при гипогликемии

Симптомы приступа

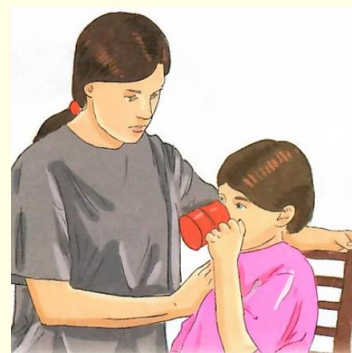
- Нестерпимое чувство голода
- Холодный пот, дрожь изнутри
- Резкая слабость, учащённый пульс
- Онемение губ и языка
- Необычное или агрессивное поведение
- Бледность кожи

Ребёнок в сознании

1. Усадите ребёнка
2. Дайте сладкое: мёд, сладкий чай, изюм, виноград, яблочный сок
3. После улучшения – «медленные» углеводы: хлеб, каша
4. Уложите отдохнуть

Ребёнок без сознания

1. Уложите в безопасное положение
2. Положите кусочек сахара под язык
3. Немедленно вызовите скорую помощь



Рвота у ребёнка

Рвота — не самостоятельная болезнь, а симптом, который может указывать на заболевания ЖКТ, нервной системы, интоксикацию или нарушение обмена веществ. В любом случае требуется консультация врача, особенно если рвота повторяется.



Алгоритм действий при рвоте

1 Наклоните голову

Держите голову ребёнка над тазиком. Придерживайте под грудь или за лоб.

2 Протрите лицо

После рвоты – протрите лицо губкой или салфеткой, смоченной тёплой водой.

3 Дайте воды

Маленькими глотками, медленно – для восполнения жидкости и устранения неприятного вкуса.

4 Уложите

Уложите ребёнка в постель. Поставьте рядом тазик на случай повторной рвоты.



Срочно к врачу: в рвотных массах есть кровь; рвота сопровождается высокой температурой, головной болью, сыпью или признаками обезвоживания (сухие кожа и слизистые, нет мочи более 6 часов).

Боли в животе

Практически каждый ребёнок время от времени жалуется на боли в животе. Большинство случаев – незначительные расстройства: переедание, газы, запор. Однако боль, которая не проходит или сопровождается тревожными симптомами, требует срочной врачебной помощи.



Причины болей в животе по возрастам



До 6 месяцев

Кишечные колики. Ребёнок плачет, поджимает ноги к животу. Приступы проходят к 6 месяцам.



6 месяцев — 1 год

Вирусные и бактериальные инфекции с поносом, рвотой и температурой. Также — респираторные заболевания.



Дошкольный возраст

Запор, инфекции мочевого тракта, пневмония, пищевое отравление.



Школьники и подростки

Все вышеперечисленные, плюс у девочек — болезненная менструация и воспалительные заболевания органов малого таза.

«Острый живот» — опасные состояния

Термин «острый живот» объединяет самые опасные хирургические состояния: острый панкреатит, аппендицит, гангренозный холецистит, кишечная непроходимость. Боль интенсивная, разлитая, общее самочувствие плохое, мышцы живота напряжены.

Тёмная моча, светлый кал

Признак закупорки желчных путей.

Озноб и лихорадка


Кишечная инфекция или воспаление желчевыводящих протоков.

Понос или запор

Сопровождает боль в 70% случаев острого живота.

Напряжение брюшной стенки

Живот твёрдый, болезненный при пальпации — признак перитонита.

 **Немедленно вызовите скорую:** боль сопровождается головокружением, слабостью, снижением давления, обмороком, усилением интенсивности, видимым кровотечением или напряжением мышц живота.

Тревожные симптомы при боли в животе

При наличии любого из этих признаков необходима срочная медицинская помощь:

- Боль сопровождается рвотой или повышением температуры
- Боль сопровождается бледностью и потливостью
- Боль локализуется в правой подвздошной области
- Сильная боль возникла ночью и разбудила ребёнка
- Кровь в кале или понос
- Проблемы с мочеиспусканием
- Боль не проходит более 2 часов
- Ребёнок лежит тихо и отказывается ходить
- При ходьбе сгибается и держится за живот
- Боль в мошонке или яичке
- Резкая потеря веса
- Недавняя травма живота
- Прощупывается опухоль в животе
- Волнообразная боль внутри живота
- Боль во время или сразу после еды
- Боль перед испражнением
- Ребёнок болезненно реагирует на нажатие на живот



Боль в ухе

Многие дети, особенно мальчики до 3 лет, жалуются на боль в ухе. Частая причина – отит (воспаление среднего уха): евстахиева труба блокируется, за барабанной перепонкой скапливается жидкость и воспаляется. Маленькие дети не могут объяснить, где болит, – проверяйте уши при любом беспокойстве.



Симптомы, алгоритм и что нельзя делать при боли в ухе

Тревожные симптомы — вызовите врача:

- Боль у ребёнка младше 3 месяцев
- Боль длится более 3 часов
- Боль сочетается с головной болью или болью в шее
- Возникла после травмы уха
- Сопровождается высокой температурой или головокружением
- Ребёнок до 1 года плачет и возбуждён

Алгоритм действий

1. Уложите и успокойте ребёнка
2. При усилении боли лёжа — приподнимите на подушках
3. Дайте парацетамол или ибупрофен
4. Закройте больное ухо (косынка, шапочка)
5. Закапайте сосудосуживающие капли в нос

Категорически нельзя:

- Капать что-либо в ухо
- Греть ухо
- Интенсивно сморкаться

Боль в ухе из-за перепада давления

Такая боль часто возникает в самолёте при взлёте и посадке, при подъёме на лифте или в подземных тоннелях. Причина — отёк слизистой евстахиевой трубы: труба заблокирована и не может выровнять давление между барабанной полостью и внешней средой.

Леденец

Предложите ребёнку сосать леденец — сглатывание помогает «разложить» уши и выровнять давление.

Приём Вальсальвы

Попросите ребёнка закрыть рот, зажать нос пальцами и надуть щёки. Это помогает открыть евстахиеву трубу.



ГЛАВА 8

Боль в горле

Горло болит у детей очень часто. Частая и неопасная причина – ОРВИ с лёгким покраснением миндалин и неприятными ощущениями при кашле и насморке. Однако ангина – острое инфекционное заболевание – требует серьёзного отношения и обязательного врачебного наблюдения.

Алгоритм действий при боли в горле

1 Уложите ребёнка

Обеспечьте покой и удобное положение.

2 Измерьте температуру

При повышении – дайте жаропонижающее средство.

3 Создайте условия

Одежда тёплая, воздух в комнате прохладный (18–20 °С) и влажный.

4 Обильное питьё


Температура жидкости не выше температуры тела.

5 Полоскание горла

Солевым раствором: $\frac{1}{3}$ ч.л. соли на стакан тёплой кипячёной воды.

6 Вызовите врача

При тревожных симптомах – скорую помощь немедленно.

 **Срочно к врачу:** боль в горле без насморка и кашля (возможен серьёзный диагноз), боль сочетается с затруднённым дыханием, ребёнок не может глотать.



Почечная колика

Почечная колика — симптом мочекаменной болезни, возникающий при закупорке мочеточника камнем. У маленьких детей боль распространяется по всему животу. Характерная особенность: ребёнок беспрестанно меняет положение тела, не находя облегчения — в отличие от аппендицита, при котором покой уменьшает боль.



Симптомы и алгоритм при почечной колике

Симптомы

- Интенсивная боль в пояснице и подреберье
- Боль может отдавать в пах, мошонку, бедро
- Боль возникает внезапно, не зависит от времени суток
- Изменение положения тела не приносит облегчения
- Тошнота, рвота, вздутие живота
- Ребёнок мечется в постели

Алгоритм действий

- 📄 **Без малейшего промедления вызовите скорую помощь.**

Тепловые процедуры (грелка, горячая ванна) помогают при подтверждённой почечной колике. Однако прежде необходимо исключить другие диагнозы, при которых тепло противопоказано (аппендицит и др.). Не применяйте тепло без уверенности в диагнозе.



ГЛАВА 10

Зубная боль

Зубная боль у детей возникает, как правило, неожиданно. Основные причины – кариес, пульпит и периодонтит. Важно помнить: эмаль и дентин у детей до 3 лет мягкие, поэтому кариес у малышек развивается быстрее, чем у взрослых.

Виды зубной боли и алгоритм действий

Кариес

Зуб реагирует на сладкое, горячее или холодное. Боль во время еды.

Пульпит


Боль не связана с едой, пульсирующая, усиливается к вечеру.

Периодонтит

Нестерпимая, постоянная боль. Воспаление охватывает костную ткань.

Алгоритм действий

1. Дайте ибупрофен (действует сильнее при зубной боли)
2. Пусть ребёнок прополощет рот тёплым раствором соды или настоем шалфея
3. Уложите ребёнка
4. При необходимости – грелка с горячей водой к щеке через полотенце
5. Как можно быстрее обратитесь к стоматологу

 **Срочно к врачу:** боль с затруднённым глотанием или дыханием; сильная пульсирующая боль в ухе, челюсти, голове.

Мышечная судорога

Мышечные судороги – непроизвольное болезненное сокращение мышц. Чаще всего возникают в икроножных мышцах и стопах. Обычно обусловлены нарушением баланса кальция и магния или дефицитом витамина E. Неотложной помощи не требуют, но ребёнка нужно показать врачу.



Алгоритм действий при мышечной судороге



Усадите ребёнка

Придайте устойчивое положение, успокойте.



Выпрямите ногу

При судороге икроножной мышцы: поднимите ногу и выпрямите в колене.



Разогните стопу

При судороге стопы: осторожно отгибайте пальцы до разгибания стопы.



Массаж

Интенсивно массируйте болезненную мышцу до снятия спазма.

Приступ удушья (Круп)

Круп – сужение просвета воздухоносных путей из-за воспалительного отёка гортани и трахеи. Возникает при ОРВИ, кори, скарлатине, дифтерии, а также при аллергии. Различают истинный круп (только при дифтерии) и ложный (при ОРВИ и других инфекциях). Состояние требует немедленного вызова скорой.



Симптомы и алгоритм действий при крупе

Симптомы

- Ребёнок жалуется на нехватку воздуха
- Хриплый голос, вплоть до его потери
- Дыхание затруднено, слышно на расстоянии
- Бледная кожа с синюшным оттенком
- Ребёнок беспокоен, мечется
- Грубый лающий кашель (при ложном крупе)

Алгоритм действий

1. Вызвать скорую помощь немедленно
2. Успокоить ребёнка – плач усугубляет спазм
3. Обеспечить доступ свежего воздуха (форточка, балкон, улица)
4. Дать тёплое питьё (+38–40 °С), при необходимости – с ложечки
5. Дать антигистаминный препарат в возрастной дозировке
6. Закапать сосудосуживающие капли в нос
7. При любой температуре – жаропонижающее
8. Ингаляция с содовым раствором (если нет высокой температуры)
9. Горячие ванночки для рук и ног (+37–40 °С, если нет температуры)



ГЛАВА 13

Икота

Икота – судорожные сокращения диафрагмы, вызывающие короткий вдох при закрытой голосовой щели. Чаще всего эпизодическая икота безобидна и связана с перееданием, переохлаждением или жаждой. Продолжительная икота может быть признаком серьёзного заболевания.

Как остановить икоту и когда обратиться к врачу

Народные способы остановить икоту

- Глубокий вдох и задержка дыхания на 15–30 секунд
- Чайная ложка сахара-песка или кусочки мелко наколото льда
- Долька лимона – пососать
- Слегка потянуть язык ребёнка вперёд большим и указательным пальцами
- Вода мелкими глотками – тело наклонено вперёд, голова приподнята

Когда нужен врач

📄 Обратитесь к врачу, если икота:

- Продолжается более 3 часов
- Сочетается с болью в животе
- Возникает часто на протяжении нескольких дней подряд

Продолжительная икота может указывать на поражение мозга, диафрагмального нерва или паразитарные заболевания.



ГЛАВА 14

Аллергия

Аллергия – особая реакция иммунной системы на попадание в организм аллергенов (чаще белковой природы). Не все виды аллергии требуют неотложной помощи, но каждая из них – повод показать ребёнка врачу. Три состояния требуют немедленных действий: анафилактический шок, отёк Квинке, крапивница.

Причины и опасные формы аллергии

Частые причины аллергических реакций



Пищевые аллергены

Орехи, яйца, морепродукты, цитрусовые



Укусы насекомых

Пчёлы, осы, клещи



Лекарства и вакцины

Медикаменты, в том числе вакцины



Пыльца и пыль

Растения, бытовая пыль, шерсть животных

Неотложная помощь требуется при:

Анафилактическом шоке — тяжёлая мгновенная реакция, часто после укуса или пищевого аллергена. Сопровождается выбросом биологически активных веществ в кровь.

Отёке Квинке (ангионевротическом отёке) — быстро нарастающий отёк мягких тканей, в том числе гортани.

Крапивнице — зудящие волдыри и покраснения на коже.

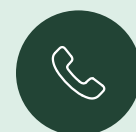
Ключевые принципы неотложной помощи детям

Независимо от типа неотложного состояния, есть общие правила, которые помогут действовать уверенно и правильно:



Сохраняйте спокойствие

Паника передаётся ребёнку и усугубляет его состояние. Ваше спокойствие — лучшее лекарство.



Не откладывайте звонок врачу

При малейших сомнениях — звоните в скорую. Лучше перестраховаться, чем упустить критический момент.



Наблюдайте за симптомами

Фиксируйте время начала, характер симптомов и изменения состояния для врача.



Будьте готовы заранее

Держите дома аптечку с жаропонижающим, антигистаминными и перевязочными материалами.



Берегите своих детей

Знание алгоритмов первой помощи – это не повод действовать вместо врача, а возможность помочь ребёнку в первые, самые важные минуты. Ваша уверенность, спокойствие и готовность – лучшая защита для вашего малыша.

Скорая помощь

103 или 112

Педиатр

Вызов врача на дом при ухудшении состояния

Аптечка дома

Жаропонижающее, антигистаминные, перевязка