

УКАЗАНИЯ ЗА КОНТРОЛ НАД ПРОТИЧАНЕТО НА ДЕТСКИТЕ КОЛИКИ И ПРЕДПИСАНИЯ ЗА ТЯХ

Резюме

Родителите трябва да бъдат успокоени, че детските колики ще отшумят и тъй като те винаги минават от само себе си, обикновено не се препоръчва консервативно лечение.

Ако родителите чувстват, че са неспособни да се справят въпреки консултацията и успокоението, тогава имайте предвид посочените по-долу лечения, но понастоящем има малко доказателства в тяхна подкрепа.

Детски колики – представляват повтарящи се епизоди на ексцесивен и безутешен плач у кърмаче, което изглежда здраво и добре развиващо се ^{1,2}.

- Коликите започват през първите седмици от живота и обикновено отшумяват около 4 месечна възраст.
- Плачът се явява най-често късно следобед или вечер.
- Бебето може да присвива колене към корема си или да извива гръб като дъга.
- Нова поява при незасегнати преди бебето може да насочва към друга диагноза и прави оправдано пълното изследване.

Контрол над протичането – успокойте родителите, че бебето им е добре, че не правят нищо погрешно, че бебето не ги отхвърля, че коликите са нещо обичайно и че са етап, който ще премине след няколко месеца ^{1,2}.

- Кърмещите майки трябва да избягват прекаляването с кофеин, пикантните храни и алкохола ².
- Предотвратете поглъщането на въздух от бебето, като го държите изправено по време на хранене ^{2,3}.
- Проверете дали дупките на биберона на шишето са достатъчно големи, изчакайте бебето да се оригне след хранене ^{2,3}.
- Може да е от полза да държите бебето по време на епизодите, съпроводени с плач или да го повиете плътно. Все пак ако има случаи, в които ви се струва, че плачът не трябва да бъде толериран, то тогава е най-добре да сложите бебето на безопасно място (напр. в креватчето му) и да го оставите за няколко минути. Опитът сочи, че свръх стимулирането на бебето от постоянно вземане и оставяне може да влоши плача ^{1,2}.
- Патронажните сестри може да дадат съвети за контрол на състоянието на плачещите бебета ³.
- Други стратегии, които може да помогнат за успокояване на плачещо кърмаче включват ^{1,2}:

- **Леко** движение (напр. бутане на люлката, возене с кола, покачване на бебето върху рамото ви или разхождане из къщата)
 - „Бял шум“ (напр. прахосмукачка, сешоар, течаща вода)
 - Къпане в топла вана успокоява неразположенията в стомаха или гърба
- Насърчавайте родителите да се грижат за собственото си благоденствие:
 - Търсете подкрепа от роднини или приятели – почивайте, когато бебето спи.
 - Срещайте се други родители с бебета на същата възраст. Група за подкрепа на семейства с плачещи, страдащи от безсъние или взискателни деца –
CRY-SIS 08451 228 669

Консервативни лечения – преминете към опитване на консервативни лечения, ако родителите се чувстват неспособни да се справят въпреки консултацията и успокояването ¹.

Средствата за избор за консервативно лечение са ^{1,2}:

- Опит за една седмица с капки симетикон (активиран диметикон) (за естествено и изкуствено хранени). Този продукт може да бъде закупен от аптеката или предписан.
- Опит за една седмица с промяна на диетата с цел изключване на протеина на кравето мляко:
 - Естествено кърмени бебета: диета без млечни продукти за майката (съвет за калциева добавка, ако остане за дълго на диета без млечни продукти)
 - Бебета, хранени с адаптирани млека: мляко с хипоалергенна формула (не соево мляко), което трябва да бъде закупувано, освен ако не е предписано като гранична субстанция според ACBS (виж определението по-долу). Използването на соева формула не се препоръчва, поради възможното повлияване на половото развитие ^{2,6}.
- Опит за една седмица с капки лактаза, които трябва да бъдат закупени, освен ако не са предписани като гранична субстанция според ACBS (виж определението по-долу).

Продължете лечението, само ако има подобрене (например ако времетраенето на плача намалее). Ако бебетата реагират на лактазата или на хипоалергичната диета, това не означава непременно, че имат непоносимост към лактоза или че са алергични към кравето мляко. Това са редки състояния, които засягат много малка част от бебетата с детски колики. Не се препоръчват формули с ниско съдържание на лактоза или соеви формули ¹.

Капки симетикон (активиран диметикон) (Дентинокс – капки против колики при кърмачета/Инфакол)

Капките симетикон/активиран диметикон нямат контраиндикации или неблагоприятни ефекти, които да са описани в литературата от производителите и са разрешени за колики. Симетикон/активиран диметикон е активно вещество с противопенесто действие, което спомага за пукането на мехурчетата в стомаха. Давайте заедно с

храната или след хранене, като използвате оралната спринцовка/капкомера в опаковката ⁴.

Хипоалергенно мляко ¹

Хипоалергенните формули на млека за кърмачета са произведени от хидролизиран протеин на кравето мляко (казеин или суроватка) и имат много ниско съдържание на лактоза или са без лактоза. Следните хипоалергенни формули за кърмачета се вземат срещу рецепта, ако са предписани като гранични субстанции според предписанията на ACBS, описани по-долу. Рецептите трябва да бъдат означени с “ACBS” ⁵.

Родителите трябва да се постараят да купят, когато това е възможно:

- ° Казеин хидролизат – Nutramigen 1[®] LIPIL и Pregestimil LIPIL[®].
- ° Хидролизат на суроватка – Pepti-Junior

Капки лактаза (Колийф)

Колийф не е разрешено лекарствено средство. Лактазата е ензим, който помага да се разгради лактозата във млякото (и в кърмата, и в млякото от шише). Колийф трябва да бъде закупувано, освен ако не е предписано като гранична субстанция в съответствие с препоръката на ACBS, описана по-долу. Рецептите трябва да бъдат означени с “ACBS” ⁵.

- **При кърмене:** изцедете около една лъжица от първото мляко в стерилен контейнер; добавете четири капки лактаза, накърмете, както обикновено и накрая дайте първото мляко с лактазата, като използвате стерилизирана пластмасова лъжичка ¹.
- **При хранене с формула:** Пригответе грижливо, в съответствие с инструкциите на производителя. Добавете 4 капки към формулата, която е топла, а не гореща. Разтръсквайте храната от време на време и нахранете бебето след половин час, след като сте проверили, че шишето е с правилната температура ¹.

Прекратяване на лечението – Ако не получите подобрение от опитното лечение, спрете го. Ако има подобрение от лечението, то след възраст от 3 месеца (и най-късно на възраст от 6 месеца), прекъснете лечението за време от 1 седмица ¹.

Допълнителна консултация ¹

Потърсете консултация с педиатър, ако:

- Родителите не се справят въпреки консултацията, успокоението и намесата на оказващите първична медицинска помощ.
- Съществува диагностично съмнение (напр. ако бебето не се развива добре, плаче и не се подобрява или се влошава след възраст от 4 месеца; може да се подозира значителен гастро-езофагиален рефлукс.)
- Лечението не е прекратено до 6 месечна възраст.

Препоръка на ACBS за граничните субстанции⁵

Предписването на Колийф и на хипоалергенни млека се определя от препоръката на Консултативната комисия по граничните субстанции (ACBS) те да бъдат предписвани, само ако бъде потвърдена непоносимост към лактоза/захароза чрез наличие на редуциращи вещества и/или прекомерна киселинност на изпражненията (1.0рН), ниска концентрация на ензима на съответния дизахарид при чревна биопсия, с изследването за водород в издишания въздух или чрез тестове за непоносимост към лактоза. Медицинските работници, които предписват трябва да означават рецептата с “ACBS”, за да избегнат разследване.

Бележки

1. Резюмета по клинични въпроси: cks.library.nhs.uk;
2. NHS [Национална здравна система] Изборите на вашето здраве, вашите избори: www.nhs.uk
3. Местни патронажни сестри
4. Резюмета за характеристиките на капките Дентинокс и Инфакол: www.medicines.org.uk
5. Тарифа за лекарствата на NHS: Отдел по здравеопазване
6. Писмо на главния лекар [на национално ниво] : [СМО, 2004](#), [Committee on Toxicity, 2003](#)