

Режимы естественного вскармливания на

1-й год

| Возраст | Число кормлений | Интервалы между кормл, ч | Часы | Ночной перерыв ч |
|-------------|-----------------|--------------------------|------------------------------------|------------------|
| 0-1-3-6 нед | Около 10-12 | - | Кормления свободные, по требованию | |
| 1-3 мес | 7 | 3 | 6-9-12-15-18-21-24 | 6 |
| 3-6 мес | 6 | 3,5 | 6-9:30-13-16:30-20-23:30 | 6,5 |
| 6-12 мес | 5 | 4 | 6-10-14-18-22 | 8 |

Для поддержания лактации особенно значимы ночные кормления, так как ночью **уровень пролактина более высокий**

| Возраст, мес | Прибавка веса (в граммах) | | Прибавка роста (в см) | |
|--------------|---------------------------|--------------------|-----------------------|--------------------|
| | За месяц | За истекший период | За месяц | За истекший период |
| 1 | 600 | 600 | 3 | 3 |
| 2 | 800 | 1400 | 3 | 6 |
| 3 | 800 | 2200 | 2,5 | 8,5 |
| 4 | 750 | 2950 | 2,5 | 11 |
| 5 | 700 | 3650 | 2 | 13 |
| 6 | 650 | 4300 | 2 | 15 |
| 7 | 600 | 4900 | 2 | 17 |
| 8 | 550 | 5450 | 2 | 19 |
| 9 | 500 | 5950 | 1,5 | 20,5 |
| 10 | 450 | 6400 | 1,5 | 22 |
| 11 | 400 | 6800 | 1,5 | 23,5 |
| 12 | 350 | 7150 | 1,5 | 25 |

Частота сердечных сокращений

| Возраст | Среднее | Брадикардия | Тахикардия |
|------------|---------|-------------|------------|
| Новорожд. | 140 | 110 | 170 |
| 10-30 дней | 140 | 110 | 170 |
| 1-12 мес. | 132 | 102 | 162 |
| 1-2 года | 124 | 94 | 154 |
| 2-4 года | 115 | 90 | 140 |
| 4-6 лет | 106 | 86 | 126 |
| 6-8 лет | 98 | 78 | 118 |
| 8-10 лет | 88 | 68 | 108 |
| 10-12 лет | 80 | 60 | 100 |

Частота дыхательных движений

| | |
|--------------------|-------|
| Новорожденный | 40-50 |
| От 1 до 2 месяцев | 30-40 |
| От 1 года до 3 лет | 25-30 |
| От 4 до 6 лет | 20-25 |
| От 6 до 10 лет | 20-25 |
| От 11 до 14 лет | 20 |

Артериальное давление

| | |
|---------------|---|
| До 1 года | 76 + 2 п минимум 100 + 2 п максимум |
| Старше 1 года | 102 + (0,6 х п) минимум 63 + (0,4 х п) максимум |

ДИУРЕЗ

| Возраст | суточный объем мочи, мл | число м/и в сутки | разовый объем мочи, мл |
|-----------|-------------------------|-------------------|------------------------|
| До 6 мес | 300-500 | 20-25 | 20-35 |
| От 6 -1 г | 300-600 | 15-16 | 25-45 |
| От 1 -3 л | 760-820 | 10-12 | 60-90 |
| 3-5 лет | 900-1070 | 7-9 | 70-90 |
| 5-7 лет | 1070-1300 | 7-9 | 100-150 |
| 7-9 лет | 1240-1520 | 7-8 | 145-190 |
| 9-11 лет | 1520-1670 | 6-7 | 220-260 |
| 11-13 лет | 1600-1900 | 6-7 | 250-270 |

Суточный диурез (СД) у здорового ребенка первых 10 лет жизни

СД = 100 (n + 5) или СД = 600 + 100 (n - 1) n - число лет

Наибольшее количество мочи - с пиком от **15 до 18 ч**

Соотношение дневного диуреза и ночного - от **2:1 до 3:1**

Плотность мочи 1008-1025ЕД

размах 8ЕД (ранн. возр) 10-15ЕД (старш. возр)

| Проба | Лейкоциты | Эритроциты | Цилиндры |
|------------------------------|----------------------------|------------|-------------|
| Нечипоренко (в 1 мл мочи) | Д - до 4000 М - до 2000 | До 1000 | Отсутствуют |

Белок

Норма в суточном объеме мочи < **150-200 мг/сут**

Высокая протеинурия: - Б в ОАМ >1,0 г/л

суточная экскреция – > **1,0 г/м²/сут** или **50 мг/кг/сут**

Умеренная протеинурия: - Б в ОАМ от 0,03 г/л - 1,0 г/л

суточная экскреции белка от **200 мг/сут - 1,0 г/м²/сут**

Следовая протеинурия – Б в разовых порц мочи **0,033 г/л,**

суточная протеинурия **не более 200 мг/сут**

Диагностически значимая бактериурия:

- $\geq 10^5$ МТ/мл мочи при свободном мочеиспускании
- $\geq 10^4$ МТ/мл мочи и более, собранной с помощью катетера
- любое количество колоний в 1 мл мочи, полученной при надлобковой пункции МП

Расчет питания для детей в возрасте до 10 суток

Формула Филатова

$V \text{ раз} = 10 \times n$ n - число дней

Формула Зайцевой

$V \text{ сут} = 2\% M \times n$ M - масса тела при рождении n - день жизни

Формула Финкельштейна

(в модификации Тура)

сут $V = n \times 70$ (при массе при рождении ниже 3200 г)

сут $V = n \times 80$ (при массе при рождении более 3200 г)

где n – день жизни

Калорический метод

калораж 0-12 суток = $10+10n$ = ккал/кг/сут

Не более 120 ккал/кг/сут

Расчет питания для детей в возрасте со 11 суток до 1 года

Калорийный (энергетический) расчет Г.Н.Сперанского

10 дней-6 мес – 115-120 ккал/кг/сут

6-9 мес-110 ккал/кг/сут

9-12 мес – 105 ккал/кг/сут

Формула Шкарина:

ребенок в возр 2 мес (8 нед) должен получать **в сутки 800 мл молока**

На каждую неделю, недостающую **до 8 недель «-» 50 мл**
на каждый **месяц после 2 «+» 50 мл**

для детей меньше 8 недель: $800-50 \times (8-n)$, где n - недель
для детей старше 2-х месяцев: $800+50 \times (n-2)$, где n - месяцев

По достижении массы **5 кг** Сут $V = 1/5$ от $MT = 1000 \text{ мл}$ – до конца первого г/ж

Объемный метод (Гейбнера-Черни)

Сут $V = 2$ нед – 2 мес $1/5$ мт 2 мес-4 мес – $1/6$ мт

4-6 мес – $1/7$ мт

6-9 – $1/8$ мт

9-12 – $1/9$ мт

Классификация гипогалактии

| Первичная (истинная)- не более 5% женщин | Вторичная |
|--|---|
| Причины | |
| Гормональные нарушения <ul style="list-style-type: none"> • недостаток гормонов/ стимулирующих лактацию (окситоцина, пролактина) • эндокринные заболевания матери (инфантилизм, субинфантилизм) | <ul style="list-style-type: none"> • Осложнения беременности и родов • Токсикоз II половины беременности • Кровотечения в родах • Заболевания матери • Психозэмоциональные стрессы • Нежелание матери кормить ребенка грудью • Нарушение правил грудного вскармливания • Недостаточное питание матери |
| Ранняя | Поздняя |
| Первые 10-14 дней после родов | Спустя 2-3 нед после родов |
| Степени гипогалактии | Недостаток молока, % |
| I | Менее 25% |
| II | 26-50 |
| III | 51-75 |
| IV | 76-90 |

Методика выявления гипогалактии

| Метод | Обратить внимание |
|-------------------------------------|--|
| Ощущения матери | <ul style="list-style-type: none"> • необходимость в частых прикладываниях к груди • ощущение матерью быстрого полного опорожнения грудных желез при активном сосании ребенка • при сцеживании после кормлений молока нет |
| Нарушения со стороны ребенка | <ul style="list-style-type: none"> • беспокойный сон, частый плач, «голодный» крик; • беспокойство и крик ребенка во время или сразу после кормления; • длительное кормление, при котором ребенок совершает много сосательных движений, при отсутствии глотательных |
| Характер стула | Скудный, редкий, «крошкообразный» или частый, жидкий, зеленоватый в виде «рубленых яиц» — «голодная диспепсия» |
| Мочеиспускания | Редкие (в норме у новорожденного ребенка 20-25 мочеиспусканий в сутки), моча ярко-желтая, концентрированная |
| Диагноз « гипогалактия» | Недостаточное прибавление массы тела при контрольном взвешивании (взвешивание ребенка до и после каждого кормления грудью) – в настоящее время не проводится! |

ПРИЗНАКИ ТОГО, ЧТО РЕБЕНОК МОЖЕТ ПОЛУЧАТЬ НЕДОСТАТОЧНО ГРУДНОГО МОЛОКА

(рекомендации

ВОЗ)
ДОСТОВЕРНЫЕ

- Плохая прибавка в весе (Меньше 500 г в месяц)
(через две недели вес стал меньше, чем был при рождении)
- Выделение небольшого количества концентрированной мочи (Ребенок мочится меньше, чем - 6 раз в день, моча желтая с резким запахом)

ВЕРОЯТНЫЕ

WORLD HEALTH ORGANIZATION
ORIGINAL: ENGLISH

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПО ГРУДНОМУ
ВСКАРМЛИВАНИЮ:
КУРС ОБУЧЕНИЯ



Ребенок не удовлетворен после кормления грудью
Ребенок часто плачет
Очень частые кормления грудью
Очень продолжительные кормления грудью
Ребенок отказывается от груди
У ребенка плотный, сухой или зеленый стул
У ребенка редкий стул и в небольшом объеме
При сцеживании нет молока
Молочные железы не увеличились (во время беременности)
Молоко "не прибыло" (после родов)

В ряде случаев гипогалактия носит **транзиторный характер**, проявляясь в виде **лактационных кризов** без видимой причины

| Срок возникновения | Продолжительность | Рекомендация |
|--------------------------------------|-------------------|---|
| 3-6 нед, 3,4,7 и 8мес лактации | 3-4 сут | <ul style="list-style-type: none">• Более частое прикладывание ребенка к груди• Кормить из обеих грудей• Ночное кормление• Отдых матери• Разнообразное питание, включая специализированные молочные смеси, биологически активные добавки для кормящих матерей• Теплое питье с использованием лактогонных чаев за 15-20 мин до кормления |

Гемограмма здорового ребенка

| Клетки | Новор | 1 мес-1 год | 1-3 года | 4-6 лет | 7-11 лет | 12-18 лет |
|----------------|-----------|-------------|----------|---------|----------|----------------------------|
| Эр $10^{12}/л$ | 5,4-7,2 | 3,5-4,8 | 3,7-4,9 | 3,7-4,6 | 4,0-4,7 | 4,5-5,2 |
| Нб, г/л | 180-240 | 115-140 | 110-135 | 110-140 | 120-145 | 130-160 (м) 120-150 (д) |
| Лей $10^9/л$ | 10,0-28,0 | 10,0-12,0 | 9,0-10,0 | 7,0-9,0 | 6,0-8,0 | 6,0-7,0 |
| НФ % | 51-80 | 22-28 | 25-35 | 36-52 | 43-59 | 55-72 |
| Эоз % | 1-4 | 1-4 | 1-4 | 1-4 | 1-4 | 1-4 |
| Баз % | 0-1 | 0-1 | 0-1 | 0-1 | 0-1 | 0-1 |
| Лимф, % | 12-36 | 50-60 | 40-60 | 33-50 | 32-46 | 22-35 |
| Мон% | 6-11 | 2-8 | 2-8 | 2-8 | 2-8 | 2-8 |
| СОЭ, мм/ч | 1-2 | 4-7 | 4-8 | 4-10 | 4-12 | 4-8 (м) 4-12(д) |

Параметры автоматического гематологического анализатора

| Автоматический подсчет | Ед измер | Норма | Ручной подсчет |
|--|----------------------------------|---------------------|------------------------------|
| HGB (hemoglobin) | г/л | М 130-160 Д 120-155 | Гемоглобин (Нб) |
| RBC (red blood cells) | $\times 10^{12}/л$ | М 4,3-5,7 Д 3,8-5,1 | Эритроциты |
| HCT (gematocrit) | % | М 39-49 Д 35-45 | Гематокрит |
| MCV (mean corpuscular volume) - средний объем эритроцита | 1 мкм ³ = 1 фл | 80-95 | Сферический индекс (3,2-3,4) |
| MCH (mean corpuscular hemoglobin) - среднее содержание Нб в эритроците | Пикограммы 1 г = 10^{12} пг | 27-31 | Цветовой показатель |
| MCHC (mean corpuscular hemoglobin concentration) - средняя концентрация Нб в эритроците | г/дл | 32-36 | |
| RDW (red distribution width) - ширина распределения эритроцитов по объему | Ширина гистограммы | 11,5-14,5 | Нет аналога |
| PLT (platelets) | $\times 10^9/л$ | 150-400 | Тромбоциты |
| WBC (white blood cells) | $\times 10^9/л$ | 4,5-11 | Лейкоциты |
| NEU (neutrophil) | $\times 10^9/л$ % | 1,8-5,5, 47-72 | Нейтрофил |
| LYM (limfocyte) | $\times 10^9/л$ % | 1,2-3, 19-37 | Лимфоцит |
| MON (monocyte) | $\times 10^9/л$ % | 0,1-0,9, 3-11 | Моноцит |
| EOS (eozinofil) | $\times 10^9/л$ % | 0,02-0,3, 0,5-4 | Эозинофил |

Эмпирические формулы для расчета длины тела у детей старше 1 года

| Длина тела (рост), см | |
|-----------------------|--|
| До 4 лет: | $100 \text{ см} - 8 \text{ см} \times (4 \text{ года} - n)$ |
| После 4 лет: | $100 \text{ см} + 6 \text{ см} \times (n - 4 \text{ года})$ |
| После 8 лет: | $130 \text{ см} + 5 \text{ см} \times (n - 8 \text{ лет}),$ где n - число лет |

| Масса тела после 1 года, кг | |
|-----------------------------|--|
| До 10 лет: | $10,5 \text{ кг} + 2 \text{ кг} (n - 1)$ |
| После 10 лет: | $30 \text{ кг} + 4 \text{ кг} (n - 10)$ |
| После 10 лет: | $5 \text{ кг} \times n - 20 \text{ кг},$ где n - число лет |

Физиологическая потребность в жидкости

| Возраст | ФП в жидкости мл/кг/сут | |
|-----------|----------------------------|----------------------------|
| 7дн-1 мес | 100-150 | |
| 1-3 мес | 140-160 | |
| 4-6 мес | 130-155 | |
| 7-9 мес | 125-150 | |
| 10-12 мес | 120-135 | |
| 1-3 года | 110-135 | |
| 4-6 лет | 90-110 | |
| 7-9 лет | 75-90 | Не более 2400мл/су Т |
| 10-12л | 65-85 | |
| 13-15л | 40-65 | |

МОЙТЕ РУКИ ПРАВИЛЬНО

ЭТИМ ВЫ ОБЕЗОПАСИТЕ НЕ ТОЛЬКО СЕБЯ ОТ ВРЕДОНОСНЫХ МИКРООРГАНИЗМОВ, НО И ОКРУЖАЮЩИХ ВАС ЛЮДЕЙ

1



Смойте руки теплой водой

2



Нанесите мыло на поверхность ладони любой руки

3



Тщательно разотрите мыло на ладонях

4



Разотрите мыло правой ладонью поверхность левой руки с переплетением пальцев и наоборот

5



Потрите ладони с переплетением пальцев

6



Вымойте кончики пальцев обеих рук зацепив их в замок

7



Тщательно вымойте большой палец каждой руки

8



Разотрите ладонь пальцами другой руки в круговом движении

9



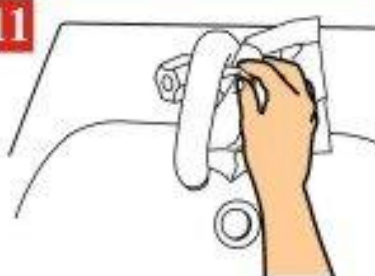
Смойте остатки мыла под струей теплой воды

10



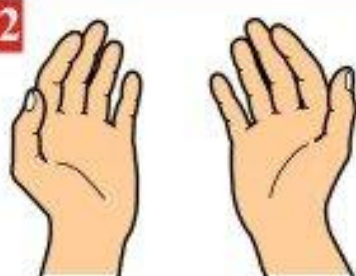
Вытрите руки одноразовым полотенцем

11



Закройте кран используя одноразовое полотенце

12



Теперь Ваши руки безупречны