

Первая помощь при обмороке у детей

Обморок — внезапная кратковременная потеря сознания, которой может предшествовать предобморочное состояние: чувство дискомфорта, тошнота, зевота, потливость, слабость в ногах, потемнение в глазах, мелькание «мушек» перед глазами, нарастающее головокружение, шум или звон в ушах, онемение конечностей. Если ребенок успевает сесть или лечь, то приступ не развивается полностью, а ограничивается состоянием оглушенности, зевотой, тошнотой. Обморочное состояние характеризуется кратковременной потерей сознания в результате ишемии мозга — ребенок не вступает в контакт, резко ослаблены мышцы, лицо бледное, зрачки расширены, артериальное давление снижено, дыхание поверхностное. Глубокий обморок может (редко) сопровождаться кратковременными судорогами. Восстановление сознания происходит быстро в горизонтальном положении. После обморока наступает слабость, головная боль, сохраняется бледность.

К проявлению обморока могут приводить различные причины:

- **резкое повышение температуры воздуха** (особенно летом или в закрытых помещениях), Так происходит при тепловом или солнечном ударе.
- **при гипоксии, то есть при снижении концентрации кислорода в окружающем воздухе.** В замкнутом душном помещении количество кислорода прогрессивно снижается, при этом клетки головного мозга начинают страдать от недостатка кислорода. Такое же состояние может возникнуть и при подъеме в горы, где атмосфера разреженная.
- **Обморок, вызванный снижением уровня глюкозы в крови** можно заподозрить в том случае, если приступу предшествовал большой перерыв в приеме пищи (например, в утренние часы) или приступ развился у ребенка после интенсивной физической или эмоциональной нагрузки. В постобморочном периоде обращает внимание длительно сохраняющаяся сонливость, мышечная слабость, головная боль. Диагноз, подтверждается при обнаружении сниженного уровня сахара в крови менее 3,3 ммоль/л.
- **эмоциональные реакции**, иногда чрезмерно сильные положительные или отрицательные эмоции могут дать у ребенка нарушение сознания и обморок. Особенно часто обмороки могут вызывать страх или боль. Обычно такое бывает в подростковый период, и чаще этому подвержены девочки. Часто это связано с гормональными перестройками организма в пубертатный период.
- еще одним фактором для развития обмороков является **сильная усталость с перегрузками.** Обычно такое бывает при отсутствии дневных снов и плохом ночном сне, такое возможно при переезде и смене режима, длительных поездках.
- **снижение гемоглобина и анемия** у детей, при которой становится меньше гемоглобина, переносящего кислород к тканям, а значит, и уменьшение его в мозговой ткани.
- возникновение обмороков во время физической нагрузки (наиболее опасные) особенно **характерно для сердечно-сосудистых заболеваний**
- у детей с **недостаточными компенсаторными механизмами регуляции сосудистого тонуса** сосудов обморок развивается при переходе из горизонтального положения в вертикальное, провоцируется болью, страхом перед манипуляциями, видом крови, длительным пребыванием в душном помещении и др. —
- **прочие причины:** опухоли головного мозга, сосудистый спазм в бассейне головного мозга, остеохондроз шейного отдела позвоночника, сотрясения головного мозга и др.

Механизмы формирования обмороков

Наиболее частыми видами обмороков являются вазодепрессорные (сосудорасслабляющие) обмороки. Они могут возникать у детей с ортостатическими гипотониями (снижение давления при резком вставании). Обычно такие обмороки являются эмоциональными и психогенными. Развитие обморока возникает из-за резкого снижения давления крови, а работа сердца нарушается уже из-за

нарушения давления. Проявляется такой обморок в вертикальном положении тела, при этом обморок изначально начинается с легкого головокружения, головной боли, общей слабости и потливости, могут быть рвота, одышка или мушки перед глазами, пелена перед глазами. Во время самого обморока могут сохраняться бледность и холодная кожа, покрытые липким потом, при этом прощупывается слабый пульс, резко снижен тонус мышц и глубокие рефлексы, хотя их все-таки можно вызвать. Зрачки глаз расширяются, ослабляется реакция на свет. Потеря сознания достаточно неглубокая и длится до нескольких минут. Судорог и непроизвольного мочеиспускания практически не бывает. После принятия горизонтальной позиции быстро восстанавливается сознание, нормализуется цвет лица и давление. После обморока какое-то время может быть слабость с тошнотой, учащение мочеиспускания.

Таким образом, **основные признаки обморочного состояния:**

- внезапность развития;
- кратковременность (от нескольких секунд до 3-5 мин);
- обратимость: быстрое и полное восстановление сознания — ребенок ориентируется в окружающем, помнит обстоятельства, предшествующие потере сознания;
- Чаще обморокам подвержены дети с вегето-сосудистой дистонией в препубертатном и пубертатном (подростковом) возрасте.

Методы первой помощи при обмороке.

Естественно, любое падение в обморок может напугать родителей и выбить их из колеи, но необходимо быстро собраться и правильно и качественно оказать ребенку первую помощь. Поэтому, первое - перестать паниковать и быстро взять себя в руки! Если ребенок только пожаловался, что сейчас упадет – придержите его, не давая упасть и стукнуться, но не трясите судорожно, чтоб не нанести лишних травм и не напугать его еще больше. Прежде всего, необходимо уложить ребенка на ровную вертикальную поверхность, а если он упал в обморок дома – уложите его на диван или кровать. Не нужно собираться около него всей родней или толпой зевак, ребенку нужен покой и доступ свежего воздуха. Если малыш упал в обморок в помещении, особенно очень жарком и душном, вынесите его на открытый воздух.

Помогает привести в чувство раздражение рецепторов в носу – вдыхание нашатырного спирта, но нельзя подносить к ребенку флакон с этой жидкостью, нужна ватка или ткань, смоченная в растворе, чтоб ребенок не дернулся и не вылил ее на себя. Можно обтереть лицо и виски ребенка, чтоб охладить голову, приложить ко лбу ткань, смоченную в прохладной, но не ледяной воде. Можно обернуть в ткань или полотенце лед и приложить к голове. Важно вызвать скорую помощь или врача из поликлиники, уложить ребенка с приподнятыми ногами и строго без подушки, чтоб кровь от конечностей прилиwała к голове.

Если ребенка быстро уложить и опустить голову книзу, тогда после глубоких вдохов сознание возвращается, а после обморока, даже не смотря на слабость, нет сонливости, и дети ориентируются во времени и пространстве, нет сильной головной боли и разбитости и нет потери памяти, как это бывает при эпилептических припадках. Последствиями обморока могут быть недолгая бледность кожи и слизистых, повышенная потливость.

Итак, первая помощь при обмороке у детей:

1. Уложить ребенка горизонтально, приподняв ноги (для улучшения притока крови к головному мозгу).
2. Расстегнуть воротничок, ослабить пояс и другие детали одежды, оказывающие давление на тело, обеспечить доступ свежего воздуха.
3. Обрызгать лицо водой или похлопать по щекам влажным полотенцем;
4. Дать вдохнуть пары нашатырного спирта.

5. При выходе из этого состояния дать выпить горячий сладкий чай.

При появлении обмороков, особенно если они происходят неоднократно, необходимо показать ребенка врачу и провести комплексное обследование с целью установления конкретных причин для возникновения обмороков.

Обследование включает в себя:

- проведение общего анализа крови и мочи, кровь на уровень глюкозы;
- УЗИ внутренних органов и сердца, ЭКГ;
- консультации специалистов – кардиолога, невролога, эндокринолога и гастроэнтеролога;
- если на ЭКГ выявлены нарушения ритма или какие-либо изменения, необходимо проведение суточного мониторинга с исследованием работы сердца, по рекомендации кардиолога проводится пассивная ортостатическая проба (тилт-тест), постнагрузочная проба;
- при проявлении судорог при потере сознания неврологом может быть назначено комплексное неврологическое исследование – электроэнцефалограмма, с целью выяснения биоэлектрической активности головного мозга, реоэнцефалограмму сосудов головного мозга;
- при подозрении на объемные образования в голове показано МРТ или КТ головы.

Основа лечения обмороков – это устранение причины, которая их вызывает. Необходима строгая нормализация режима дня, а питание ребенка должно быть полноценным и разнообразным, равномерно распределенным в течение дня. Очень важно отказаться от применения всевозможных диет и ограничений в питании.

У детей с вегетативной дисфункцией отличным эффектом обладает нормализация режима с четким расписанием – утренние зарядки, массажи, души и обливания, бассейн и физические нагрузки, применение успокаивающих отваров трав – ромашка, мелисса, шалфей и др..