

Наиболее опасные обмороки:

Наиболее опасные обмороки связаны с аритмиями и заболеваниями сердца, что в некоторых ситуациях может приводить к летальному исходу.

Для таких обмороков характерно:

- Обморок во время физической активности,
- Ощущение перебоев в сердце или сердцебиение,
- Семейный анамнез внезапной смерти, особенно, у лиц моложе 50 лет.

Во всех сомнительных случаях необходима консультация врача.

Советы для предотвращения простого обморока:

- Не допускайте обезвоживания и следите за питанием ребенка. Убедитесь, что ваш ребенок выпивает достаточно жидкости. Ограничьте употребление кофеина и не пропускайте приемы пищи.
- Контролируйте артериальное давление. Если давление у вашего ребенка низкое, проконсультируйтесь с лечащим врачом.
- Посоветуйте ребенку напрягать мышцы ног, менять положение тела и время от времени сгибать талию, когда он вынужден долго стоять, чтобы улучшить кровообращение и приток крови к мозгу.
- Не допускайте, чтобы ребенок в течение длительного времени находился под жарким солнцем и в душных помещениях. Ограничьте время пребывания в горячем душе, сауне, гидромассажной ванне.



Профилактика — это здорово!
Больше информации Вы найдете на сайте drkbmzrt.ru

СИНКОПАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ У ДЕТЕЙ ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Когда стоит беспокоиться и что делать, если у ребенка возникают обмороки, каковы их причины и как можно их предотвратить.

Обморок, или синкопе, возникает при снижении поступления крови и кислорода к головному мозгу. Обмороки встречаются у 15% здоровых подростков. В 98% случаев у детей старше 10 лет нет серьезной патологии, которая вызывает потерю сознания. У детей младше 10 лет простые обмороки встречаются реже, поэтому более внимательно нужно подойти к поиску причины. При простом обмороке потеря сознания кратковременная и длится менее 1 минуты, в более тяжелых случаях могут возникать судороги.

Причины потери сознания у здоровых детей

- **Недостаточное употребление жидкости**, особенно, в жаркую погоду. Обезвоживание является наиболее распространенной причиной обморока у детей.
- **Длительное пребывание в положении стоя без движения**. Это может привести к скоплению крови в ногах из-за гравитации и снижению притока крови к головному мозгу.
- **Перегрев** – особенно в душных, переполненных людьми помещениях.
- **Сильные эмоции** в ответ на боль, вид крови, инъекции, медицинские манипуляции, что-то шокирующее или пугающее.
- **Гипервентиляция или слишком быстрое дыхание**. Это может произойти, например, из-за беспокойства или страха, во время неправильной техники ингаляции через небулайзер.
- **Приступы задержки дыхания**. Это часто встречается у маленьких детей во время приступов гнева, или, когда они испытывают боль и «заходятся» в плаче. Такие приступы несерьезны, и большинство детей перерастают их до 6 лет.



- **Рефлекторные обмороки могут возникать в ответ на такие раздражители, как** кашель, глотание, поднятие тяжестей, натуживание при посещении туалета и прочее. Такие обмороки связаны с воздействием на определенные рецепторы и встречаются редко и чаще у подростков, с возрастом исчезают.

- **Игры с удушением и игры в обморок в социальных сетях.** Используется либо удушение, например, ремнем, либо учащенное дыхание. В период потери сознания возможны кратковременные галлюцинации или сновидения. В мире описаны случаи смерти в результате этих игр.

Симптомы предобморочного состояния

Появляются за 5-10 секунд до обморока:

- Головокружение.
- Тошнота.
- Прилив жара, потоотделение или внезапное ощущение холода.
- Размытое или пятнистое зрение.
- «Звон» в ушах.
- Бледность.
- Учащенный сердечный ритм (тахикардия).

При наличии симптомов предобморочного состояния

При появлении симптомов предобморочного состояния, необходимо лечь и приподнять ноги на 10 минут. Если возможности лечь нет, то сесть опустить голову между ног. Если ребенок раньше падал в обморок, необходимо сообщить об этом учителям, тренеру, чтобы они помогли при появлении симптомов предобморочного состояния для предотвращения обмороков, например, ситуацию, в которой ребенок вынужден длительно находиться в положении стоя во время экскурсии, выступления и т.д. Также они смогут следить за водным режимом.

Что делать, если ребенок уже потерял сознание:

1. Если возможно, при падении попытайтесь поймать и опустить ребенка на пол.
2. Если у ребенка есть еда во рту, положите его на бок лицом к полу, чтобы он не подавился едой.

Вызовите скорую помощь, если ребенок:

- Не очнулся спустя короткое время (одной минуты).
- Имеет травмы от падения и есть кровотечение.
- Потерял сознание во время занятий спортом.
- Есть нарушение дыхания, речи, затруднены движения.

Если произошел обморок, в дальнейшем обязательно следует обратиться к педиатру и неврологу. Обмороки могут быть связаны с рядом заболеваний, и задача врача определить причину.

К таким заболеваниям относятся:

- Дефицит железа может вызвать обмороки у быстрорастущих подростков, особенно у девочек, у которых обильные менструации.
- Внутреннее кровотечение. Предшествует травма: удар по голове или животу.
- Диабет. Внезапное падение уровня сахара в крови может вызвать обморок.
- Расстройства пищевого поведения. При анорексии могут возникать обмороки из-за обезвоживания, низкого уровня сахара в крови и измененный артериального давления или кровообращения, вызванных голоданием, рвотой или чрезмерными физическими нагрузками.
- Проблемы с сердцем. Нерегулярное сердцебиение (аритмия) или структурные проблемы могут вызвать обморок. Обморок, который происходит во время физических упражнений, всегда требует медицинского наблюдения.
- Мигрень. Обморок является симптомом некоторых типов мигрени.
- Употребление алкоголя и наркотиков.
- Беременность.
- Синдром постуральной ортостатической тахикардии. У подростков с учащенным сердцебиением, головокружением обмороки возникают в положении стоя после резкого подъема из положения лежа. Часто начинаются после вирусного заболевания, травмы или серьезной операции.
- Болезнь Аддисона (надпочечниковая недостаточность). У детей с этим заболеванием вырабатывается недостаточно гормонов, таких как кортизол, которые помогают контролировать реакцию на стресс, кровяное давление и уровень сахара в крови.
- Отравления. Попадание яда через рот, в том числе, лекарств, и вдыхание ядовитых газов.
- Эпилепсия и т.д.

