

РАХИТ



Впервые рахит описал всем известный учёный, медик Гален.

В переводе с греческого языка rachis – обозначает позвоночный столб.



Причины рахита

- **Первая** – это нарушение образования собственного (эндогенного) витамина D при недостатке солнечной энергии, или заболеваниях органов, участвующих в его выработке.
К ним относятся:
- **Наследственные нарушения обмена витамина D в организме;**
- **Хронически протекающие заболевания печени;**
- **Некоторые заболевания почек.**
-
- **Вторая** – это дефицит поступления витамина D с пищей или заболевания, связанные с нарушением всасывания в желудочно-кишечном тракте.
Вот некоторые из них: целиакия, муковисцидоз





Подавляющее количество витамина D образуется в коже, под действием солнечных лучей.

Незначительная часть витамина попадает в организм с пищей через желудочно-кишечный тракт. В обоих случаях, витамин D поступает в организм в неактивной форме.

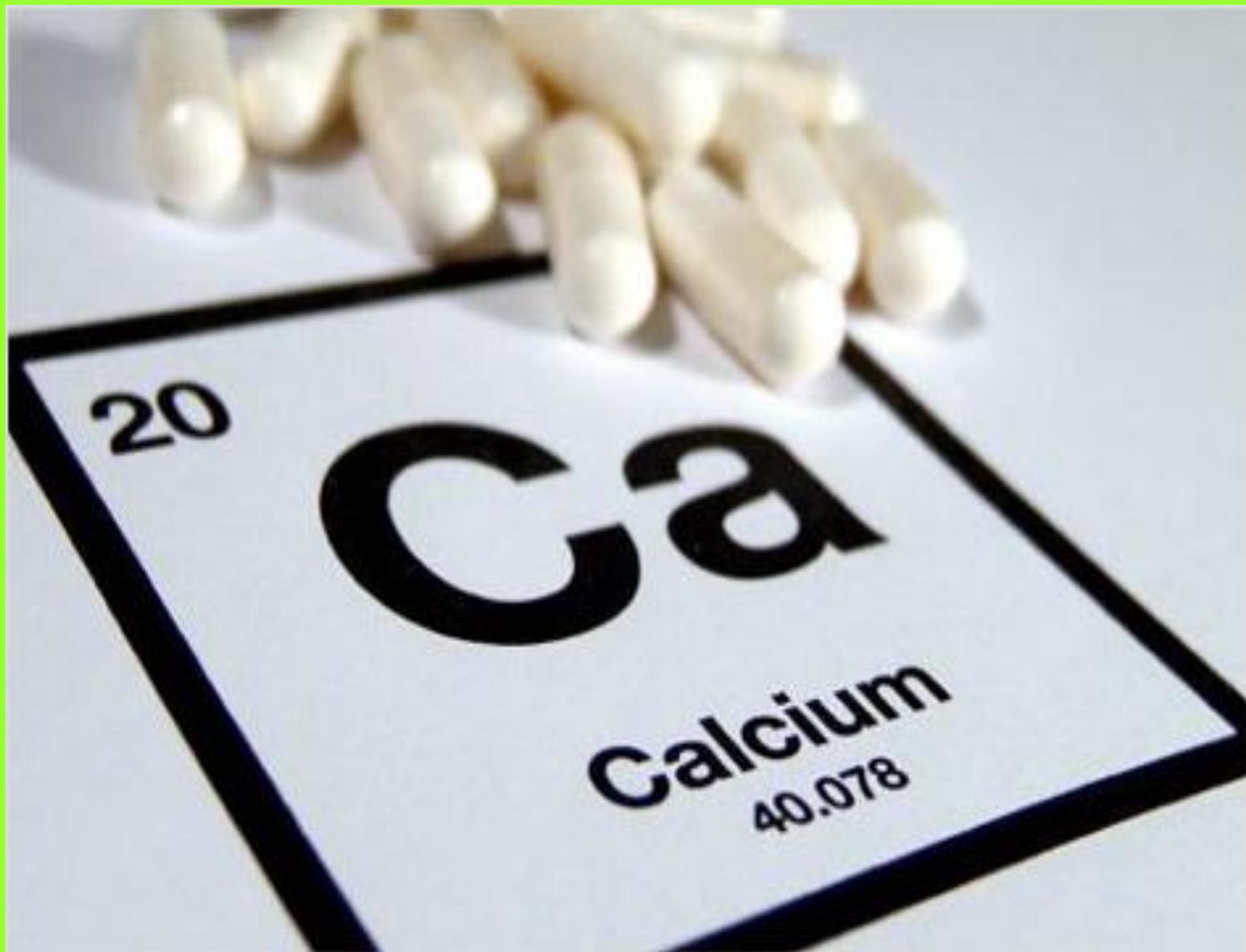
Перед тем, как осуществить свою главную роль, он активируется в печени и почках.

Витамин D действует на уровне двух систем:

- в просвете кишечника помогает всасыванию кальция и транспортировке его в кровь;**
- на уровне почек уменьшает выведение кальция и фосфора с мочой.**

Vitamin D

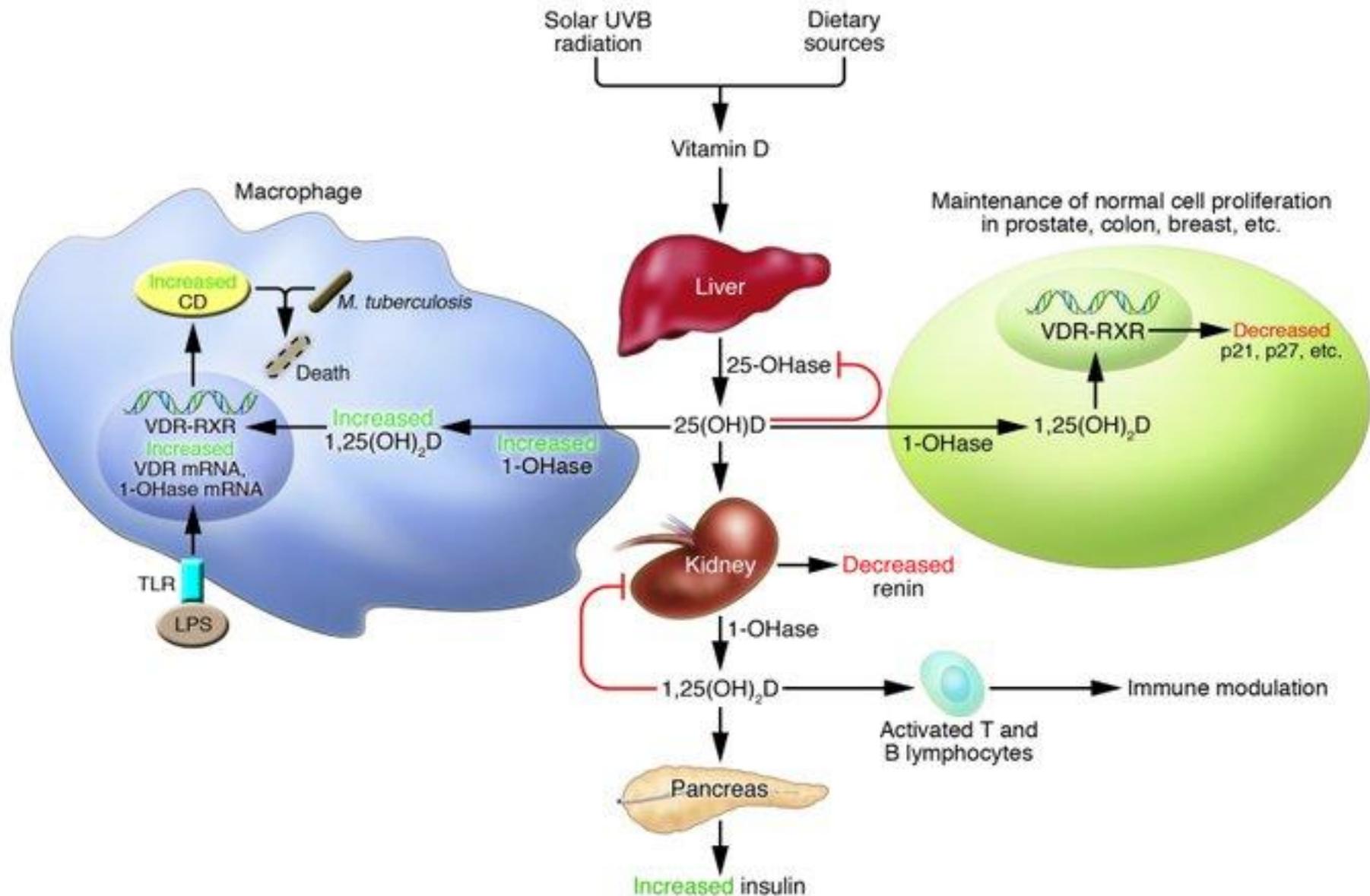




**Физиология обмена витамина Д,
минералов кальция и фосфора
В минерализации костей участвуют
несколько органов и систем.**

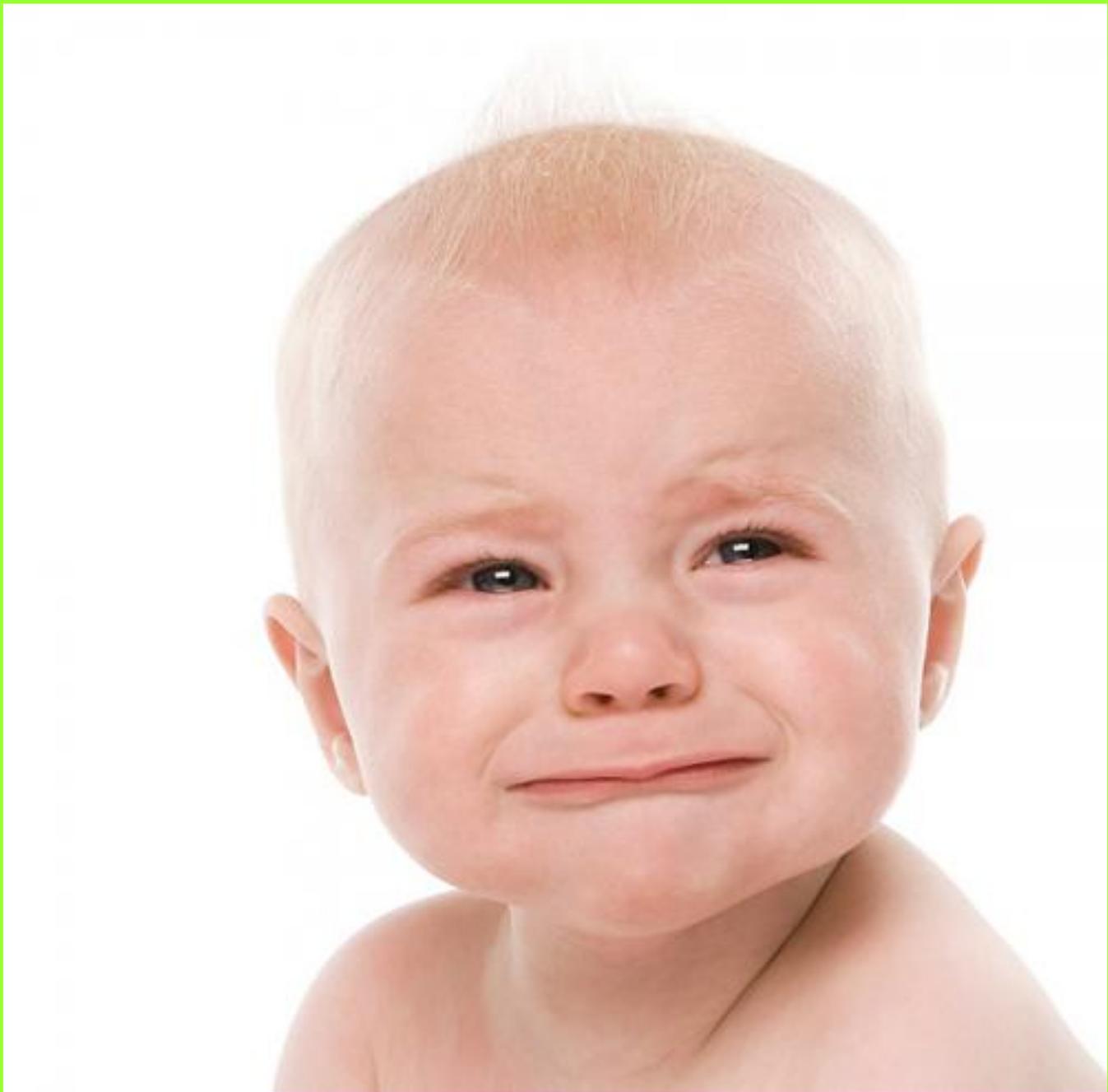
К ним относятся:

- **Кожа и подкожно-жировая клетчатка**
- **Желудочно-кишечный тракт (ЖКТ)**
- **Почки**
- **Щитовидная и паращитовидная железы**



Предрасполагающие факторы

- **Влияние экологических факторов.** Загрязнение окружающей среды, в особенности солями тяжелых металлов ведёт к тяжелым последствиям не только в формировании костной ткани, но и всего организма.
- **Искусственное вскармливание.** В коровьем молоке и в искусственных неадаптированных смесях содержится примерно в 2-3 раза меньше витамина D.
- **Позднее введение докорма и прикорма.**
- **Недостаточная двигательная активность.** Питание костей осуществляется посредством, подходящим к ним кровеносным сосудам. Мышечная активность способствует лучшему кровоснабжению костного аппарата.
- **Длительное медикаментозное лечение.** Некоторые препараты ([фенобарбитал](#), дифенин) ускоряют обмен веществ в печени, таким образом, вызывая дефицит витаминов, а именно витамина D.
- **Отдельно заслуживает внимание период внутриутробного развития.** Отложение запасов кальция и витамина D происходит в основном в последние месяцы беременности. Отсюда возникает вывод, что у недоношенных детей риск заболеть рахитом намного выше, чем у тех, кто родился в срок.

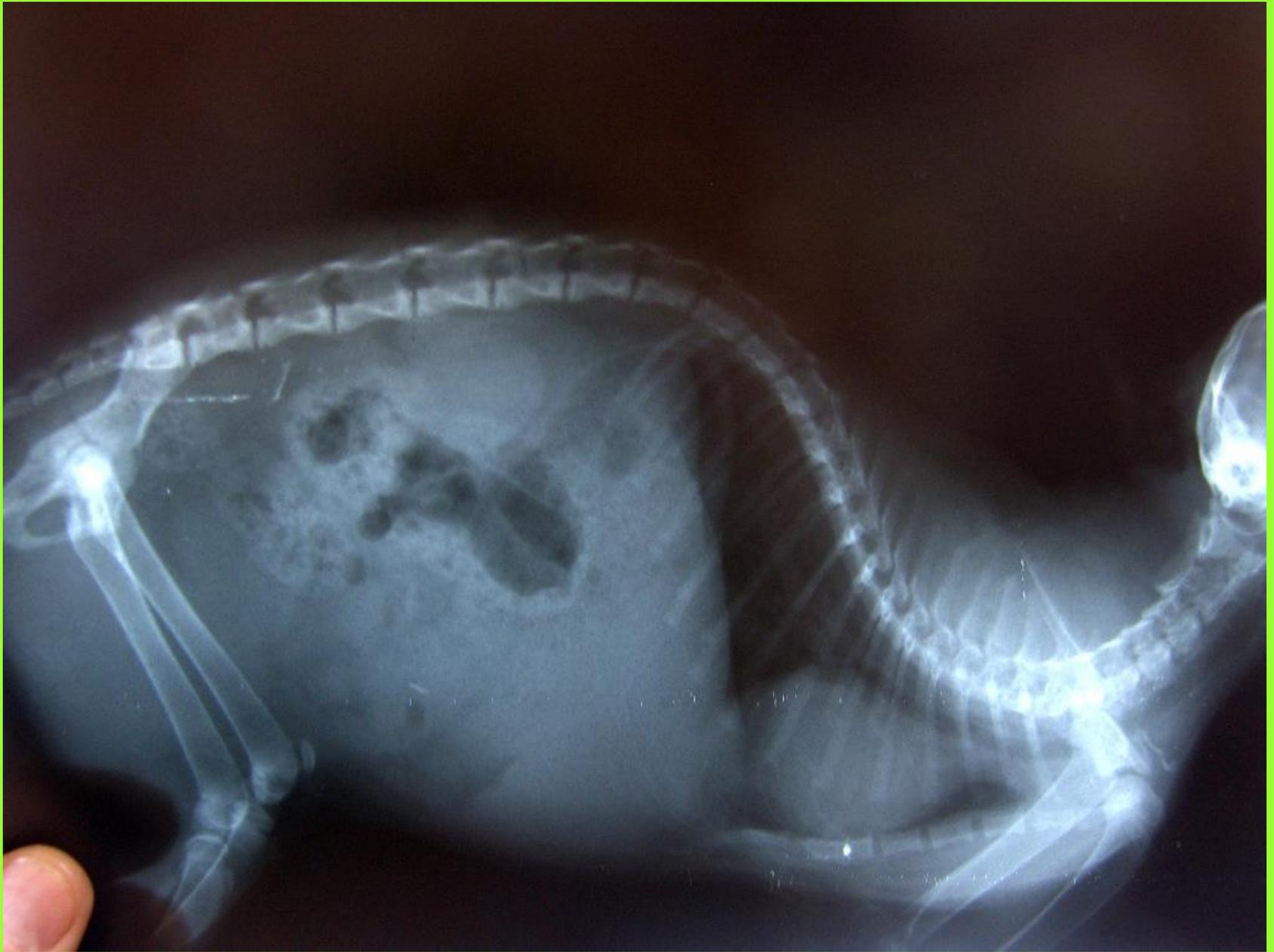










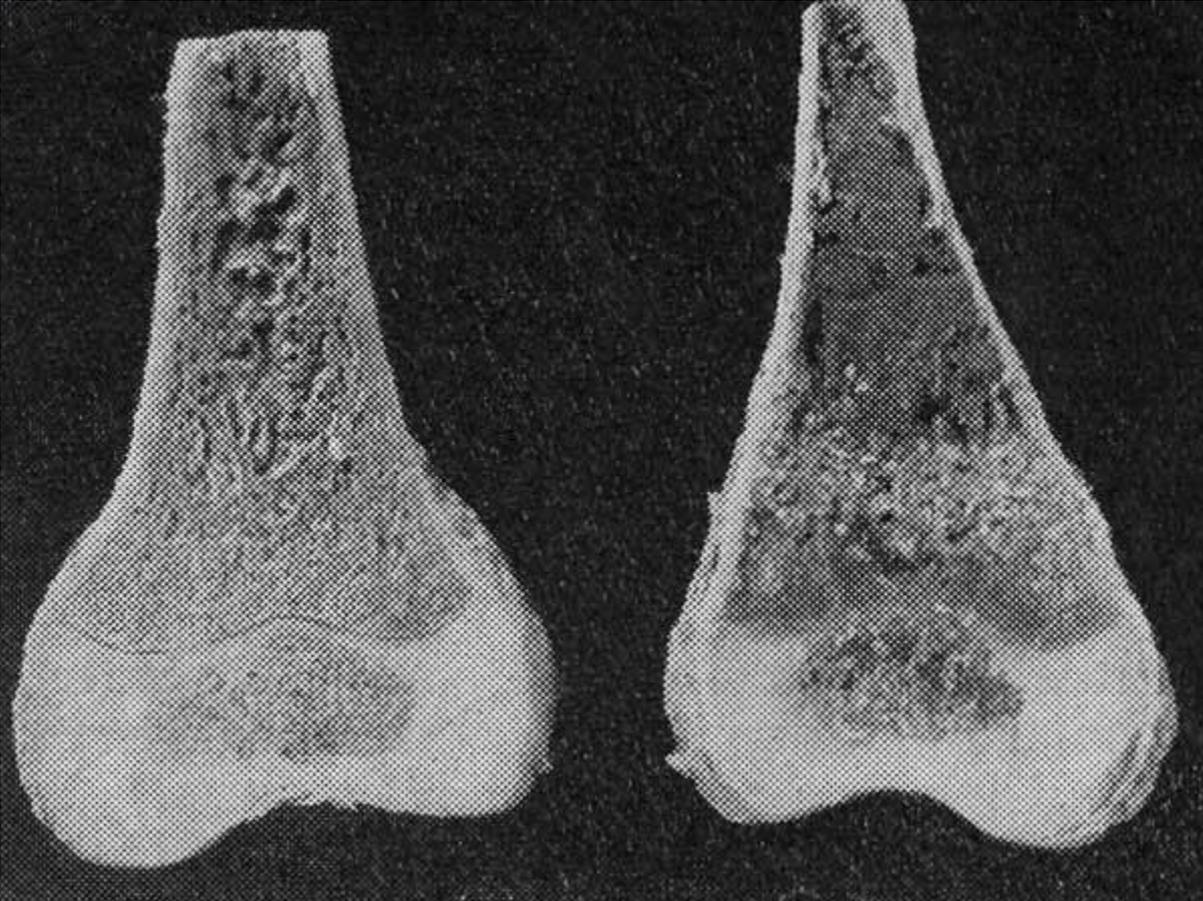






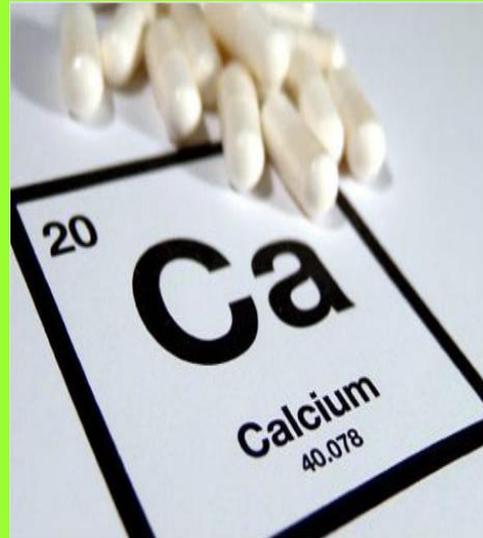








Лечение



массаж



Лечебная гимнастика



Профилактика

- правильное вскармливание ребенка (в соответствии с возрастом, своевременный прикорм);
- активный режим дня
- (массаж, гимнастика с постепенным увеличением нагрузки);
- регулярные прогулки на улице;
- водные процедуры (купание в ванне с морской солью или экстрактом хвои);
- своевременное назначение детям из групп риска витамина Д (уже с 2-х недель)
- назначение этого же витамина здоровым деткам
 - с 3-4 недель жизни.

Профилактика

- Добавление в рацион продуктов с повышенным содержанием витамина D, кальция и фосфора. Молочные и творожные продукты, рыба мясо, яйца.
- и формированию костной системы.
- Солнечные ванны способствуют выработке внутреннего витамина D.
- Закаливающие процедуры укрепляют иммунитет и повышают устойчивость к воздействию неблагоприятных факторов.

Профилактика

- Добавление в рацион продуктов с повышенным содержанием витамина D, кальция и фосфора. Молочные и творожные продукты, рыба мясо, яйца.
- Дополнительный приём витамина D для недоношенных новорождённых, детей живущих в северных районах, находящихся на искусственном вскармливании.
- Активные движения помогут правильному развитию и формированию костной системы.
- Солнечные ванны способствуют выработке внутреннего витамина D.
- Закаливающие процедуры укрепляют иммунитет и повышают устойчивость к воздействию неблагоприятных факторов.