

UZTURAM IR NOTEICOŠĀ NOZĪME VAI IR PIENĀCIS LAIKS VISPIRMS DOMĀT PAR UZTURU, LAI NOVĒRSTU BIEŽĀKOS GREMOŠANAS TRAUCĒJUMUS (FKZTT)?

Pirmajā dzīves gadā zīdaiņiem ir nosliece uz kuņģa un zarnu trakta darbības traucējumiem. Lai gan tos uzskata par labdabīgiem, kam ne vienmēr ir acīm redzams cēlonis un kas bieži pāriet pirmā dzīves gada laikā, tie var būt ļoti mokoši gan zīdaiņiem, gan viņu vecākiem.¹

Bērnu, kuriem ir FKZTT*, vecāki, protams, ir ieinteresēti atrast ātru un vieglu risinājumu, tas pakļauj ārstus papildu spiedienam, lai viņi rīkotos, izmeklētu un parakstītu zāles.²

Mūsdienu pasaulē ar strauji augošām veselības aprūpes izmaksām un iepriekš nepieredzētu ietekmi uz veselības aprūpes sistēmu pirmais solis, lai optimizētu FKZTT un līdzīgu simptomu novēršanu un samazinātu neatbilstošu zāļu lietošanu, ir nomierināt vecākus un sniegt uztura ieteikumus.^{2,3}

FKZTT ir plaši izplatīti: vairāk nekā 50 % zīdaiņu pirmā dzīves gada laikā ir vismaz viens FKZTT vai ar to saistītas pazīmes un simptomi.^{1,4}

FKZTT TRĪSKĀRŠĀ IETEKME

Ņemot vērā izplatību, FKZTT būtiski ietekmē:



Sabiedrības veselības aprūpes izmaksas

FKZTT ir biežs iemesls, kāpēc zīdaiņu, kas jaunāki par 4 mēnešiem, vecāki konsultējas ar pediatru. Aptuveni 23–28 % medicīnisko vizīšu ir kuņģa un zarnu trakta simptomu dēļ.⁵ Turklāt daži zīdaiņi tiek nevajadzīgi ārstēti ar izrakstītām vai aptiekā iegādātām zālēm, kam potenciāli var būt kaitīga ietekme uz pacienta veselību un kas var palielināt nevajadzīgas veselības aprūpes izmaksas nākotnē.¹



Ģimenes dzīves kvalitāti

FKZTT simptomi bieži ir ļoti mokoši kā zīdaiņiem, tā vecākiem. Simptomi var novest pie nebeidzama zīdaiņa diskomforta un raudāšanas, vecāku trauksmes, kā arī potenciāli ietekmēt vecāku un bērna attiecības un zīdaiņa un ģimenes dzīves kvalitāti.^{2,6,7}



Zīdaiņa veselību gan īstermiņā, gan ilgtermiņā²

Daži pētījumi pierāda, ka FKZTT, īpaši kolikas, var ietekmēt veselību nākotnē, piemēram, izraisot tālākas kuņģa un zarnu trakta problēmas vai uzvedības/attīstības problēmas.^{7,8}

FKZTT radītās problēmas un ietekmi uz zīdaiņiem un ģimenēm var risināt,
NOMIERINOT VECĀKUS un PIELĀGOJOT UZTURU

AR KO SĀKT — VECĀKU NOMIERINĀŠANA UN UZTURA IETEIKUMI



FKZTT bieži noved pie nebeidzamas raudošu zīdaiņu, norūpējušos vecāku un augošas medicīnisko konsultāciju plūsmas.² Veselības aprūpes profesionāļi tiek pakļauti spiedienam: izmeklēt zīdaiņus vai parakstīt zāles. Bērni tiek pakļauti nevajadzīgiem izmeklējumiem un izrakstīti vai aptiekās iegādātu medikamentu lietošanai, kas nesniedz būtiskus uzlabojumus un var izraisīt pretēju rezultātu, kā arī palielināt veselības aprūpes izmaksas. Farmakoloģiska terapija reti ir nepieciešama citiem FKZTT, izņemot aizcietējumus.²

Lai optimizētu funkcionālo kuņģa un zarnu trakta traucējumu novēršanu zīdaiņiem, vadlīnijas iesaka vispirms nomierināt vecākus un sniegt ieteikumus par uzturu.^{2,3}

Tas varētu palīdzēt nonākt līdz “efektīvam lokam”, kurā būtu laimīgi zīdaiņi bez simptomiem, mierīgi un pārliecināti vecāki un, visbeidzot, retākas konsultācijas un mazākas veselības aprūpes izmaksas.²

UZTURA UZRAUDZĪBA

Ir pierādīts, ka mātes piens tieši ietekmē bērna gremošanas sistēmas attīstību, tas tiek uzskatīts par vispiemērotāko uzturu zīdaiņiem. Zīdīšana ir jāiesaka un jāatbalsta, pat ja zīdaiņiem ir pastāvīgi un smagi FKZTT simptomi. Ar piena maisījumiem ēdinātiem zīdaiņiem, kuriem ir pastāvīgi simptomi, var izvērtēt īpašas medicīniskas pārtikas ar pierādītiem rezultātiem lietošanu, ja nomierināšana un ieteikumi par uzturu, kuru pamatā ir atbilstošs piena uzņemšanas apjoms un biežums, nedod rezultātus.² Pētījumā par zīdaiņiem ar atkārtotu atvilkni, kam tika doti iebiezināti maisījumi, kuru sastāvā ir ceratoniju

pupiņu sveķi, bija par 78 % retākas atvilkņa epizodes salīdzinājumā ar zīdaiņiem, kuriem tika dots standarta piena maisījums bez iebiezinātāja.⁹ Citā pētījumā par zīdaiņiem, kam diagnosticētas kolikas, bērniem, kas saņēma daļēji hidrolizētu maisījumu ar samazinātu laktozes daudzumu, beta palmitātu un scGOS/lcFOS**, pēc divām nedēļām koliku rādītāji samazinājās par 71 % salīdzinājumā ar 38 % zīdaiņiem, kas saņēma standarta piena maisījumu ar pievienotu simetikonu.¹⁰



KOPSAVILKUMS

FKZTT un saistītie simptomi bieži ietekmē ģimenes dzīves kvalitāti, veselības aprūpes izmaksas un zīdaiņa veselību ilgtermiņā. Medikamentozi terapija bieži nav vajadzīga un var nelabvēlīgi ietekmēt zīdaiņa veselību.

Sniedzot vecākiem atbilstošus padomus un mierinājumu kopā ar piemērotām uztura vadlīnijām, veselības aprūpes speciālisti var palīdzēt samazināt zīdaiņu diskomfortu, vecāku trauksmi un uzlabot ģimenes dzīves kvalitāti, vienlaikus pasargājot veselības aprūpes budžetu.²

SVARĪGA PIEZĪME: mātes piens ir vislabākais uzturs mazulim. Īpašiem medicīniskiem nolūkiem paredzēta pārtika, ko izmanto diētas regulēšanai koliku, aizcietējumu un atvilkņa gadījumā. Tā būtu jālieto tikai ārsta uzraudzībā pēc rūpīgas ēdināšanas iespēju, tostarp zīdīšanas, izvērtēšanas.

Atsauces:

1. Mahon J et al. BMJ Open. 2017;7(11):e015594. 2. Salvatore S et al. Acta Paediatr. 2018;107(9):1512–1520. 3. Vandenplas Y et al. Acta Paediatr Int J Paediatr. 2016;105(3):244–252. 4. Glanville J et al. BMJ Open. 2016;6(8):e011475. 5. Bellaiche M et al. Acta Paediatr. 2018;107:1276–82. 6. Daelemans S et al. F1000Research. 2018;7. 7. Kaley F et al. Infant Ment Health J. 2011;32(5):526–541. 8. Vandenplas Y et al. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 2015;61(5):531–7. 9. Wenzl TG et al. Pediatrics. 2003;111(4 Pt 1):e355–e359. 10. Savino F et al. Eur J Clin Nutr. 2006;60(11):1304–10.

*FKZTT - funkcionāli kuņģa un zarnu trakta traucējumi

**scGOS/lcFOS - īso ķēžu galaktooligosaharīdu un garo ķēžu fruktooligosaharīdu šķiedrvielas

† Standarta zīdaiņu piena maisījums bez iebiezinātājiem, salīdzinot ar specializētu piena maisījumu.

‡ Standarta zīdaiņu piena maisījums, salīdzinot ar specializētu piena maisījumu.

Sagatavoja: SIA NUTRICIA, 2023.gada augusts