

## Как распознать у ребенка эндокринное нарушение?

Усталость, раздражительность, упадок сил, повышенная потливость, частые простуды, расстройства пищеварения - какое это может иметь отношение к щитовидной или другим органам эндокринной системы?

Оказывается, самое прямое.

Эндокринные нарушения часто маскируются под другие заболевания. Можно закармливать ребенка витаминами, а он по-прежнему будет вял и апатичен. Или бесконечно скупать различные дезодоранты, а от ног и подмышек подростка все равно будет плохо пахнуть. А всего-то и нужно, что обратиться к детскому эндокринологу.

Одна треть эндокринных нарушений в настоящее время составляет сахарный диабет. А самый резкий рост заболеваемости наблюдается у детей младше 7 лет. У таких малышей эта страшная болезнь развивается мгновенно, за каких-нибудь 2-3 дня. А дальше, если ребенку не была оказана грамотная медицинская помощь, наступает кетоацидотическая кома. Между тем, симптомы развития сахарного диабета у детей самые «невинные»: частое и обильное мочеиспускание, жажда, повышенный аппетит, снижение веса. Не списывайте эти проявления на летнюю жару, покажите ребенка эндокринологу! Это может спасти ему жизнь.

Диабет 1-го типа - заболевание с генетической предрасположенностью. Своевременный анализ наследственности (предрасположенности) и предикторов (самых ранних симптомов) заболевания, правильное питание и образ жизни, хороший иммунитет (когда ребенок редко болеет), разумный (индивидуальный) подход к вакцинации, профилактические осмотры педиатра-эндокринолога, - все это может отсрочить и даже предупредить это тяжелое заболевание. А вот диабет 2-го типа - прямое следствие избыточного веса, и в его развитии виноваты родители, не сумевшие привить своим детям правильные пищевые привычки. Подобрать рациональное, сбалансированное питание в соответствии с возрастом, рассказать о необходимости и правильности дозированных физических нагрузок поможет детский эндокринолог.

### **Поводом для консультации у детского эндокринолога является:**

наличие в семейном анамнезе сахарного диабета, заболеваний щитовидной железы, ожирения и других эндокринных нарушений;

пубертатный период, когда требуется оценка полового развития, роста, веса, состояния щитовидной железы;

рождение доношенного ребенка, но с дефицитом веса, не прибавляющего в весе;

рождение ребенка с избыточным весом (более 4 кг);

наличие у детей таких симптомов, как:

частая жажда;

зуд кожи и половых органов;

частое мочеиспускание;

запах ацетона изо рта;

частое ощущение слабости; быстрая и беспричинная утомляемость;

резкий скачок веса (в любую сторону);  
внезапная потеря аппетита;  
задержка в росте или, наоборот, резкий скачок;  
выпадение волос или их избыточный рост (у девочек по мужскому признаку);  
сухость и изменение цвета кожи;  
плохое состояние волос и ногтей;  
частые простуды;  
ухудшение памяти; снижение концентрации;  
учащенное сердцебиение;  
повышенная или пониженная потливость (если после активных занятий спортом форма остается совершенно сухой, имеет смысл отвести ребенка к врачу);  
дрожь в руках и/или ногах;  
чувство подавленности;  
апатия, перепады настроения, вспышки гнева (без видимых причин);  
раздражительность;  
преждевременное появление вторичных половых признаков: до 7 лет у девочек, до 9 лет у мальчиков;  
отсутствие у девочек менструации до 16 лет, либо, напротив, ее слишком раннее начало — в 8-9 лет;  
беспричинное нарушение менструального цикла у девочек;  
задержка полового развития...

Даже если ребенок не находится в группе риска по эндокринологии, лучше регулярно проводить исследования гормонального статуса

## **Что проверяет эндокринолог при осмотре ребенка?**

Прежде всего, соответствие физических данных возрасту ребенка (вес, рост, половое развитие). Врач расспрашивает пациента (или его родителей) о самочувствии, измеряет артериальное давление и пульс, осматривает кожу, проводит пальпацию щитовидной железы. Эндокринолог дает направление на анализы, УЗИ. На основании результатов обследования врач ставит диагноз и назначает лечение. Родители могут задать вопрос эндокринологу о состоянии здоровья ребенка и проводимой терапии. Врач обязательно объяснит действие лекарственных препаратов, даст рекомендации по необходимому режиму, диете. Советы эндокринолога при сахарном диабете, диагностированном у ребенка, помогут родителям самостоятельно контролировать уровень глюкозы в крови и рассчитывать дозу вводимого инсулина.

Эндокринные заболевания у детей часто протекают незаметно: симптомы бывают настолько размыты, что их можно спутать с обычными возрастными изменениями.

Гипофункцию щитовидной железы можно перепутать с банальным авитаминозом. Картины в обоих случаях идентичные: ребенок становится вялым, апатичным и жалуется на головные боли. А, например, недостаточность альдостерона — гормона, который вырабатывается надпочечниками, маскируется под сердечно-сосудистые проблемы.

Генетическая предрасположенность, плохая экология, неправильное питание, инфекционные заболевания, травмы и опухоли мозга — каждый из этих факторов, может спровоцировать эндокринное заболевание.

По данным Научного центра здоровья РАМН, количество эндокринных нарушений у детей от 8 до 15 лет за прошедшие 20 лет ощутимо возросло. Причины просты. Образ жизни подростков стал менее подвижным, они дышат загрязненным воздухом, злоупотребляют фастфудом и сладкой газировкой. Все это — вместе и по отдельности — приводит к нарушению углеводного обмена, неполадкам в работе поджелудочной железы и даже к развитию диабета.

Именно диабет врачи называют главным бичом современных детей. По данным Всемирной организации здравоохранения, им страдают более 100 миллионов человек на нашей планете. Соответственно, у их детей есть генетическая предрасположенность к этому заболеванию.

Если один из родителей болен диабетом, риск развития этой болезни у ребенка составляет примерно 10-15%.

Та же статистика ВОЗ утверждает, что 80% людей с эндокринными нарушениями не подозревают о них до тех пор, пока заболевание не переходит в критическую стадию. Соответственно, о том, что диабет всерьез угрожает их детям, они тоже, к сожалению, не знают.

В результате 20-30% подростков поступают в российские больницы уже в состоянии сахарной комы. А ведь ей обычно предшествуют 2-3 недели острой фазы. За это время внимательные родители вполне могут заподозрить неладное.

### **Это важно знать!**

Самым распространенным среди эндокринных заболеваний является патология щитовидной железы. Чаще всего, особенно в детском возрасте, патология щитовидной железы связана с дефицитом йода. В таких случаях врач назначает йодсодержащие препараты и рекомендует питание обогащенное йодом (йодированную соль, морепродукты, морскую капусту, фейхоа и другие). Дефицит йода может приводить к серьезным последствиям, например, к женскому бесплодию, мужской импотенции, снижению интеллектуального потенциала...

Однако, есть и обратная сторона медали, о которой почему-то говорят и пишут существенно меньше. Избыток йода - гипертиреоз - тоже чрезвычайно опасен и может привести к нервному истощению. В данном случае чрезмерное употребление йодированной пищи, наоборот, повредит детскому организму.

Не занимайтесь самолечением! Покажите ребенка эндокринологу, и он назначит правильную терапию. В настоящее время известно почти 60 гормонов. Разобраться в их разнообразии способен только квалифицированный врач-эндокринолог.