



НЕЛЕГКОЕ ДЫХАНИЕ

Неприятный запах изо рта – галитоз – проблема, с которой сталкиваются не только взрослые, но и даже маленькие дети. Казалось бы, организм ребенка еще настолько чистый, что его дыхание не должно иметь специфических запахов. Тем не менее нередко встречаются и исключения. С чем же они связаны?

Врачи XIX и начала XX века, еще не имея томографов и УЗИ, по одному только запаху изо рта могли заподозрить некоторые патологии и болезни. Однако в наше время проблеме галитоза уделяется не столь пристальное внимание, и причин этому несколько. Во-первых, методы современной диагностики шагнули далеко вперед, что позволяет более точно выявлять любые неполадки в организме. А во-вторых, жевательная резинка и мятные леденцы, которые так любят дети, способны скрыть неприятное дыхание. Тем не менее, если запах изо рта все же беспокоит, необходимо выяснить причину его возникновения.

«ТЫ – ТО, ЧТО ТЫ ЕШЬ»

Самая распространенная причина запаха – это продукты, которые употреблял малыш. Обычно родители принимают во внимание только лук и чеснок, однако виновниками проблем со свежестью дыхания могут быть и другие продукты, и даже некоторые напитки. Обычно такими являются продукты, содержащие белок – мясо и рыба, молочные продукты, бобовые, мучные изделия и сладости, газировка, соки и кофе. Их молекулы в процессе переработки образуют неприятный запах. Галитоз в этом случае может наблюдаться у ребенка в течение суток после употребления этих продуктов, усугубляясь недостаточным приемом жидкости. Удалить такой запах не сложно: следует пить больше воды и ограничить употребление пряных и пахнущих продуктов.

ГИГИЕНУ НИКТО НЕ ОТМЕНЯЛ

Вторая причина неприятностей с дыханием – недостаточная гигиена полости рта, которая провоцирует утренний запах изо рта. Многие малыши не прочь перекусить перед сном, а вот почистить после этого зубки или хотя бы прополоскать рот – это делает не каждый. Днем после приема еды активное выделение слюны смывает частички оставшейся пищи из полости рта. Ночью же, когда ребенок спит, слюны выделяется мало, и ее обеззараживающий эффект снижается. Поэтому количество бактерий во рту повышается (особенно много их скапливается на языке, в налете между зубами и зубодесневой борозде), что и провоцирует несвежее дыхание при пробуждении. Эта проблема решается просто – регулярная чистка зубов и языка поможет удалить источники неприятного запаха.

СУХОСТЬ ПОЛОСТИ РТА

Неприятный запах может быть вызван банальной сухостью в полости рта (ксеростомия), и порой это является симптомом каких-либо неполадок в организме. Дело в том, что слюна – естественная защита зубов и десен, и ее роль велика: она содержит бактерицидные компоненты и не только смывает остатки пищи, но и убивает большинство болезнетворных бактерий и вирусов, попавших в рот. Когда у малыша возникает пересыхание рта, полезные свойства слюны сильно уменьшаются. Бактерии активно размножаются, что и вызывает неприятный запах изо рта.

Сухость полости рта может формироваться у малыша, вынужденного дышать ртом. Этому может способствовать инфекционный или аллергический насморк, когда из-за отека слизистой носа ребенку тяжело дышать ртом.

ПРИЕМ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ

Хроническая сухость рта может проявляться при приеме некоторых медикаментов. Например, ее вызывают антигистаминные средства (лекарства от аллергии), некоторые препараты от насморка и простуды, средства, влияющие на кровяное давление, мочегонные и некоторые другие.

Длительный прием антибиотиков может вызвать появление в полости рта грибковой инфекции – молочницы или кандидоза. При этом у ребенка формируется неприятный, кислый запах изо рта. К кандидозу особенно склонны дети с ослабленным иммунитетом.

ПЕРВЫЙ ВИЗИТ – К СТОМАТОЛОГУ

Не менее распространенной причиной галитоза являются кариес и его осложнения – пульпит, периодонтит. Даже при отсутствии боли, как самого характерного симптома проблемы, у ребенка может сформироваться выраженный гнилостный запах изо рта.

При воспалении десен – гингивите – галитоз также может иметь гнилостный оттенок. Это может случиться в любом возрасте, и чаще причиной воспаления десен являются бактерии. У подростков нередко диагностируется ювенильная форма гингивита, и причина его другая – гормональная перестройка организма.

Решение же в обоих случаях одно – не пренебрегать визитом к стоматологу хотя бы раз в полгода для профилактического осмотра.

ПРОБЛЕМЫ УХА-ГОРЛА-НОСА

Болезни лор-органов – хронический синусит, гайморит, аденоидит – также одна из причин галитоза у детей. Неприятный запах может быть и при заболеваниях горла – например, при ангине, когда на миндалинах образуются гной и налет,

а на задней стенке горла активно размножаются микробы. В этих случаях будут присутствовать и другие симптомы – такие как затяжной насморк, кашель или головная боль, которая усиливается при наклоне.

Спровоцировать неприятный запах может и застрявший в носу предмет – например, бусинка, мелкие детали игрушек или кусочки пищи. Кроха может пожаловаться на неприятное чувство в носу, начнет часто чихать. А через некоторое время разовьется активное воспаление, при котором начинает выделяться обильная желто-зеленая слизь, как правило, из одной ноздри. В этом случае запах изо рта будет особенно выраженный, но также он чувствуется и при носовом дыхании. Срочно обращайтесь к ЛОР-врачу или в ближайшую поликлинику.

БРОНХО-ЛЕГОЧНЫЕ И ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Причины неприятного запаха могут скрываться в болезнях бронхов и легких – инфекционных или воспалительных. Но в этом случае обязательно появляются и другие симптомы – кашель с большим количеством мокроты, повышение температуры, нарушение дыхания.

Вообще любая болезнь, чаще всего инфекционной природы, может вызывать запах изо рта. Если ребенок выглядит больным, у него повышается температура, отмечаются слабость, сыпь или другие признаки, то, скорее всего, и запах изо рта – один из симптомов болезни. Это происходит из-за снижения местного иммунитета и размножения бактерий в ротовой полости.

Высокая температура, боли в груди или животе, одышка, понос или рвота – симптомы того, что ребенку срочно необходим врач.

БОЛЕЗНИ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОГО ТРАКТА

В последние годы гастрит «помолодел» – этот диагноз отнюдь не редкость среди школьников. Одна из его разновидностей – гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь, характеризующаяся обратным забрасыванием содержимого желудка в пищевод, полость рта и даже носа. Кроме хронического неприятного запаха изо рта при этой форме гастрита ребенок может жаловаться на изжогу, боль в животе и тошноту – вплоть до рвоты.

К счастью, это не самая частая причина неприятного запаха у детей младшего возраста. Однако предпосылки для гастрита формируются еще в раннем детстве, и появление неприятного запаха изо рта и других симптомов должно насторожить и стать поводом для обращения к гастроэнтерологу.

ЭНДОКРИННЫЕ ПАТОЛОГИИ

Для эндокринных патологий характерен специфический запах аммиака. Нельзя игнорировать этот симптом, поскольку он может стать первым признаком скрыто протекающего диабета. Кроме специфического запаха малыш может жаловаться на слабость, боль в животе и тошноту. Все эти тревожные симптомы также требуют консультации врача.

ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА

Подводя итоги, можно сказать, что галитоз может быть:

◀ временным (непатологическим, ложным), который возникает эпизодически;

◀ хроническим, имеющим постоянный характер, который может служить симптомом различных заболеваний или сигналом проблем с обменом веществ.

Если запах изо рта у малыша имеет постоянный характер и не связан с едой или недостаточной гигиеной полости рта, необходимо обратиться к врачу и выяснить причину галитоза. Как показывает практика, чаще всего причиной неприятного запаха у детей являются стоматологические проблемы или болезни лор-органов.

Для профилактики свежести дыхания нужно придерживаться следующих правил:

◀ чистить зубы дважды в день: утром – после завтрака, вечером – перед сном. При чистке нельзя забывать про очищение языка;

◀ при необходимости использовать дополнительные средства гигиены: для малышей – пенки, для подростков – нити. При этом категорически запрещены спиртосодержащие ополаскиватели;

◀ раз в полгода посещать стоматолога для профилактических осмотров;

◀ пить достаточное количество жидкости;

◀ придерживаться правильных принципов питания – делать акцент на свежие овощи и фрукты, которые стимулируют слюноотделение;

◀ своевременно лечить болезни внутренних органов.

Алена ПАРЕЦКАЯ,
врач-педиатр.

Иск

Мой отец, Василий Васильевич Перельгин, родился в 1909 году в селе Бичура Бичурского района Бурятии. На фронт был призван в 1941 году, звание – рядовой красноармеец. Пропал без вести в декабре 1943 года. Эти скудные сведения о нем я взяла из Книги Памяти. Много раз писала в различные архивы, но ответы приходили безутешные. Мне идет 82-й год. Мечтаю найти могилку отца. Поехать к ней я, конечно, уже не смогу, но знать, где мой отец сложил свою голову, защищая Родину, для меня очень важно.

Также разыскиваю место упокоения брата мамы, моего дяди – Ефима Алексеевича Петрова, 1913 года рождения. Он родился в том же селе, где и мой отец. На фронт был призван в 1941 году, а погиб в бою 17 июля 1942 года в Ленинградской области.

Дорогие зожевцы, не оставайтесь равнодушными к моей просьбе!

Адрес: Савельевой Ксении Васильевне, 671360 Бурятия, Бичурский р-н, с. Бичура, ул. Коммунистическая, д. 76.