



скачать

СИНДРОМ РАЗДРАЖЕННОГО КИШЕЧНИКА У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



Что это такое и какую роль может играть микробиота кишечника?

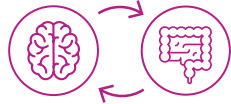
Синдром раздраженного кишечника (СРК) — это функциональное расстройство кишечника, характеризующееся повторяющимися болями в животе и изменениями стула при отсутствии структурных отклонений. Он часто наблюдается на фоне повышенного стресса или тревожности и может быть связан с изменениями микробиоты кишечника.¹

ИЗВЕСТНО ЛИ ВАМ? ^{2,3}



5,8%

случаев в мире среди детей 4-18 лет



Одно из самых распространенных расстройств взаимодействия оси «кишечник — мозг» (DGBI) у детей старше 4 лет

КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ СРК? ⁴



Повторяющаяся боль в животе



Вздутие



Изменение стула (как частоты, так и формы)

ФАКТОРЫ, СВЯЗАННЫЕ С СРК ⁴



Чаше встречается у девочек



Чаше встречается у детей в возрасте 8-12 лет



Тревожность, депрессия, беспокойство, пережитое насилие



Перенесенный гастроэнтерит



Астма



Дети, рожденные у матерей с:
- гестационным диабетом;
- гипертензией, вызванной беременностью.



Жирная, сладкая, острая пища



Высокий социальный статус, Воздействие холода

ИЗМЕНЕНИЯ БИОЛОГИЧЕСКИХ МЕХАНИЗМОВ ⁴

Расстройства взаимодействия оси «кишечник — мозг»
Мозг усиливает сигналы кишечника



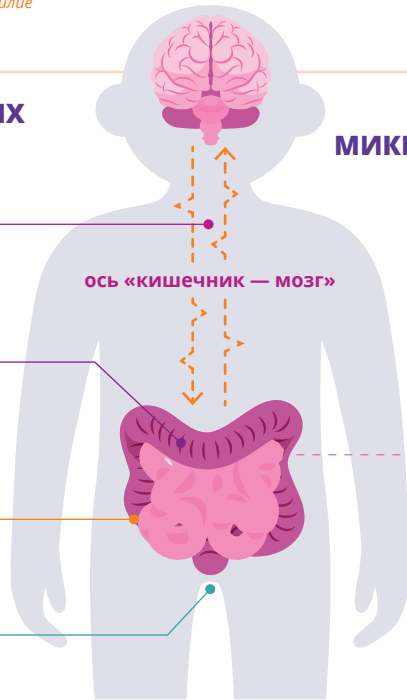
Повышенная чувствительность кишечника
Нормальные ощущения могут восприниматься как болезненные или неприятные



Инфекции и воспалительные процессы
Умеренное воспаление, воспаление после кишечной инфекции

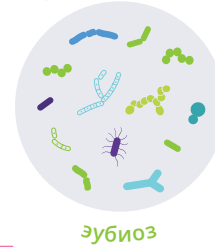


Нарушения кишечного транзита (запоры, диарея или их сочетание)



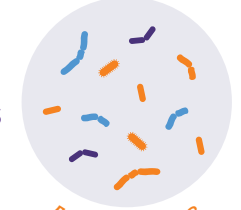
МОЖЕТ НАБЛЮДАТЬСЯ НАРУШЕНИЕ МИКРОБИОТЫ КИШЕЧНИКА (ДИСБАКТЕРИОЗ) ⁴

здоровые дети



эубиоз

дети с СРК



дисбактериоз

Дисбактериоз может влиять на механизмы, принимающие участие в развитии СРК: кишечную проницаемость, работу мозга, энтеральную нервную систему, моторику ЖКТ и висцеральную боль.

КАК ОБЛЕГЧИТЬ СИМПТОМЫ И УЛУЧШИТЬ КАЧЕСТВО ЖИЗНИ ^{3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11}

Согласно международным рекомендациям ESPGHAN/NASPGHAN:



Прием специальных препаратов



Прием отобранных пробиотиков (определенные штаммы)



Диета с высоким содержанием клетчатки и пребиотиков



Здоровый образ жизни: достаточное потребление жидкости, регулярное питание и физическая активность



Психотерапевтические методы: когнитивно-поведенческая терапия (КПТ), гипноз, психодинамическая терапия, релаксация и т. п. для долгосрочной психологической поддержки



Перспективные подходы: чрескожная электрическая стимуляция нервов (ЧЭНС), капсулы с мятным маслом





скачать

СИНДРОМ РАЗДРАЖЕННОГО КИШЕЧНИКА У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



Что это такое и какую роль может играть микробиота кишечника?

Источники

1. [Drossman DA et al. Rome IV—Functional GI Disorders: Disorders of Gut-Brain Interaction. Rome Foundation. 2016.](#)
2. [Vermeijden S et al. Epidemiology of Pediatric Functional Abdominal Disorders. Pediatrics. 2025. doi: 10.1542/peds.2024-067677.](#)
3. [Muñoz S et al. Effects of Bifidobacterium longum 35624 in Children and Adolescents with Irritable Bowel Syndrome. Nutrients. 2024. doi: 10.3390/nu16121967.](#)
4. [Devanarayana NM, et al. Irritable bowel syndrome in children: current knowledge, challenges and opportunities. World J Gastroenterol. 2018 ; 24\(21\):2211–2235. doi: 10.3748/wjg.v24.i21.2211.](#)
5. [Groen J, Gordon M, Chogle A, et al. ESPGHAN/NASPGHAN guidelines for treatment of irritable bowel syndrome and functional abdominal pain-not otherwise specified in children aged 4–18 years. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 2025 ; 81:442–471. doi: 10.1002/jpn3.70070.](#)
6. [Di Nardo, G, Barbara, G, Borrelli, O, et al. Italian guidelines for the management of irritable bowel syndrome in children and adolescents. Ital J Pediatr 50, 51. 2024. doi: 10.1186/s13052-024-01607-y.](#)
7. [Rutten JMTM, Vlieger AM, Frankenhuis C, et al. Home-Based Hypnotherapy Self-exercises vs Individual Hypnotherapy With a Therapist for Treatment of Pediatric Irritable Bowel Syndrome, Functional Abdominal Pain, or Functional Abdominal Pain Syndrome: A Randomized Clinical Trial. JAMA Pediatr. 2017 ; 171\(5\):470–477. doi: 10.1001/jamapediatrics.2017.0091.](#)
8. [Gordon M, Sinopoulou V, Tabbers M, et al. Psychosocial Interventions for the Treatment of Functional Abdominal Pain Disorders in Children: A Systematic Review and Meta-analysis. JAMA Pediatr. 2022 ; 176\(6\):560–568. doi: 10.1001/jamapediatrics.2022.0313.](#)
9. [Bonnert, Marianne et al. "Internet-Delivered Cognitive Behavior Therapy for Adolescents With Irritable Bowel Syndrome: A Randomized Controlled Trial." The American journal of gastroenterology vol. 112,1. 2017 : 152-162. doi: 10.1038/ajg.2016.503.](#)
10. [Levy EI, et al. How to manage irritable bowel syndrome in children. Acta Paediatr. 2022 Jan;111\(1\):24-34. doi: 10.1111/apa.16107.](#)
11. [Rome Foundation. Diet in irritable bowel syndrome \(IBS\) \[Internet\]. Raleigh \(NC\): Rome Foundation; \[cited 2025 Jul 22\].](#)

