



РАХИТ

Юлдашева Зиедахон Шавкатбековна,
Андижанский техникум общественного
здравоохранения имени Абу Али Ибн Сины, преподаватель

Аннотация:

Рахит — это заболевание детей грудного и раннего возраста, обусловленное дефицитом витамина D, кальция и фосфора, что приводит к нарушению минерализации костной ткани. Основными причинами являются недостаточное поступление витамина D с пищей, ограниченное пребывание на солнце и нарушения обмена веществ.

Ключевые слова: рахит, витамин D, кальций, фосфор, дети, костная ткань, минерализация, профилактика, лечение, диагностика.

Рахит — это заболевание, возникающее преимущественно у детей из-за дефицита витамина D, кальция и фосфора, что приводит к нарушению формирования костной ткани. Наиболее часто рахит диагностируется у детей в возрасте от 3 до 18 месяцев.

Клиническая картина включает неврологические и вегетативные симптомы, а также характерные изменения костной системы. Диагностика основывается на клиническом осмотре, лабораторных анализах и рентгенологических исследованиях. Лечение направлено на восполнение дефицита витамина D и минералов, а также включает диетотерапию и физиотерапевтические процедуры. Профилактика рахита включает антенатальные и постнатальные меры, рациональное питание и регулярное пребывание на свежем воздухе.

Основные причины развития рахита включают:

- **Недостаток витамина D:** возникает при недостаточном пребывании на солнце, особенно в зимний период, или при недостаточном поступлении витамина с пищей.



International Conference on Educational Discoveries and Humanities

Hosted online from Moscow, Russia

Website: econfseries.com

16th June, 2025

- **Нарушение усвоения витамина D:** возможно при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, таких как глютеновая энтеропатия или болезнь Крона.
- **Недоношенность:** у недоношенных детей запасы витамина D и минералов ограничены.
- **Нарушения обмена веществ:** генетические заболевания, влияющие на метаболизм витамина D.

Признаки рахита могут проявляться в нескольких системах организма:

Ранние симптомы:

- Неврологические проявления: беспокойство, раздражительность, нарушения сна.
- Вегетативные симптомы: повышенная потливость, особенно головы, облысение затылка.

Поздние симптомы:

- Костные изменения: размягчение костей черепа, утолщения на ребрах (рахитические "чётки"), искривление ног, деформации грудной клетки.
- Мышечная слабость: снижение мышечного тонуса, "лягушачий" живот.
- Задержка развития: отставание в физическом и психомоторном развитии.

Диагностика рахита включает:

- **Клинический осмотр:** оценка симптомов и физического состояния ребенка. **Лабораторные исследования:** определение уровней кальция, фосфора, витамина D и щелочной фосфатазы в крови.
- **Рентгенография:** выявление изменений в костной ткани.

Лечение рахита направлено на восполнение дефицита витамина D и минералов:

- **Витамин D:** назначается в лечебных дозах под контролем врача.
- **Кальций и фосфор:** дополнительный прием при необходимости.
- **Диета:** обогащение рациона продуктами, богатыми кальцием и витамином D.
- **Солнечные ванны:** регулярное пребывание на солнце способствует синтезу витамина D.



International Conference on Educational Discoveries and Humanities

Hosted online from Moscow, Russia

Website: econfseries.com

16th June, 2025

- **Физиотерапия:** массаж, лечебная гимнастика, ультрафиолетовое облучение.

Профилактические меры включают:

- **Аntenатальная профилактика:** прием витамина D беременными женщинами.
- **Постнатальная профилактика:** назначение витамина D детям с первых недель жизни, особенно в зимний период.
- **Рациональное питание:** обеспечение достаточного поступления витамина D и кальция с пищей.
- **Прогулки на свежем воздухе:** ежедневное пребывание на солнце для стимуляции синтеза витамина D.

При своевременной диагностике и правильном лечении рахит имеет благоприятный прогноз. Однако при отсутствии терапии возможны необратимые изменения в костной системе и задержка развития.

Литература:

1. Галактионова М.Ю., Назаренко Н.В., Чистякова И.Н. Рахит (диагностика, лечение, профилактика). Красноярск: типография КрасГМА, 2008. — 78 с.
2. Захарова И.Н. и др. Рахит и гиповитаминоз D — новый взгляд на давно существующую проблему. Москва: Рос. мед. акад. последиплом. образования, 2010. — 96 с.
3. Мальцев С.В. Рахит у детей: причины, диагностика, лечение. // Практическая медицина. 2017. № 5. С. 44–48.
4. Плудовски П., Захарова И.Н. Ещё раз об алиментарном рахите. // Медицинский совет. 2016. № 16. С. 27–31.
5. Лашкова Ю.С. Профилактика и лечение дефицита витамина D: современный взгляд на проблему. // Педиатрическая фармакология. 2015. Т. 12, № 1. С. 46.
6. Потешкин Ю. Витамин D и лечение рахита. // Актуальная эндокринология. 2015. № 4. С. 12–13.
7. Ибатова Ш.М. Рахит у детей. Самарканд: SamMU, 2015.