

Возрастные особенности пищеварительной системы детей дошкольного возраста.

В дошкольном возрасте у ребёнка сформированы молочные зубы, которые позволяют ему перейти от молочного питания к более грубой пище. Происходит усиление слюноотделения, количество и состав слюны совершенствуется с увеличением разнообразия пищи. С 5-6 лет начинается смена молочных зубов на постоянные. Размеры желудка постепенно увеличиваются – к 3 годам вместимость желудка составляет 400-600 мл, в возрасте от 4 до 7 лет она увеличивается медленно. Характерной особенностью детской системы пищеварения является нежность слизистых оболочек органов ЖКТ, обильное кровоснабжение и недоразвитие их эластичности. Железы детского кишечника и желудка до периода школьного возраста развиты не до конца и малочисленны. Поэтому в желудочном соке ребёнка низкая концентрация соляной кислоты, а это снижает бактерицидные свойства пищеварения и, конечно же, повышает чувствительность детей к желудочно-кишечным инфекциям. К 6-7 годам желудок приобретает форму, характерную для взрослого организма. Увеличивается длина пищевода. К этому возрасту развиваются мышцы, обеспечивающие движения желудка и перистальтику кишечника. Содержание соляной кислоты увеличивается, что повышает бактерицидные свойства желудочного сока, что снижает частоту желудочно-кишечных расстройств у детей, которые вызываются в первую очередь, за счет кариеса зубов, который занимает первое место в структуре заболеваемости детей 5-7 лет. К 3-4 годам жизни строение толстой кишки аналогично таковому у взрослых, стабилизация микрофлоры кишечника заканчивается у детей к 7 годам жизни. Функции тонкой и толстой кишок находятся во взаимодействии и взаимовлиянии. Недостаточность процессов в тонком кишечнике в некоторой степени компенсируются возможностью всасывания в желудке. Созревание регуляции моторики ЖКТ соответствует срокам созревания вегетативной нервной системы и заканчивается к 6-7 годам.

В дошкольном возрасте интенсивно развиваются функции поджелудочной железы и печени, но в этот период они остаются ещё недоразвитыми. Активность ферментов поджелудочной железы и двенадцатиперстной кишки возрастает постепенно: к 3 годам повышается активность протеаз, к 7 годам – липаз и амилаз.

Особенностью обменных процессов в детском организме является преобладание анаболических процессов над катаболическими. Растущему организму требуются повышенные нормы поступления питательных веществ, особенно белков.

Использование питательных продуктов идёт в двух направлениях: для обеспечения роста и развития организма и для обеспечения двигательной активности.

С учетом отмеченных особенностей в работе органов пищеварения можно сделать вывод, что питание детей дошкольного возраста должно отличаться от питания детей ясельного возраста.