

С 1944 года в США, а также в большинстве западных стран существует стандартная практика приветствия появившихся на свет младенцев целым рядом медицинских вмешательств, одним из которых является болезненный укол шприца, полного витамина К.

Эта инъекция обычно делается почти всем новорожденным, если только вы, как родитель, не откажетесь от нее.

Рождение — это огромное сенсорное потрясение для вашего малыша. Он никогда прежде не испытывал чувство холода, голода, не был ослеплен искусственными огнями, не чувствовал прикосновение рук или металлических инструментов, бумаги или ткани. Даже гравитация — незнакомое для него ощущение.

Укол иглой — ужасное вторжение в его и так внезапно перегруженную сенсорную систему, которая пытается приспособиться к внешнему миру.

Действительно ли этот укол в интересах ребенка? Так ли нужен витамин К сразу после рождения? И есть более человечная альтернатива?

**Инъекции витамина К абсолютно необязательны для вашего новорожденного!**

Недавно я имел удовольствие взять интервью у лучшего в мире эксперта по витамину К — доцента кафедры биохимии Университета Маастрихта (Нидерланды) д-ра Сееса Вермеера, и я рад поделиться с вами последней информацией относительно витамина К, которую я узнал от него.

Планируется, что остальная часть интервью будет опубликована позднее в этом году, но данная информация настолько насущна для общественного здоровья, что я должен опубликовать ее немедленно.

*Отличная новость: инъекции витамина К абсолютно необязательны для вашего новорожденного.*

В то время, как эта болезненная инъекция нецелесообразна по причинам, которые я рассмотрю в деталях, сам витамин К необходим. Однако есть более безопасные и неинвазивные (не нарушающие естественные покровы) способы нормализовать уровень витамина К у вашего ребенка, которые не имеют таких опасных последствий.

### **Зачем вообще немедленно делается этот укол?**

Витамин К необходим для нормальной свертываемости крови у взрослых и детей. Некоторые дети (фактически большинство) рождаются с недостаточным уровнем витамина К.

У некоторых новорожденных обычно в первые недели жизни эта нехватка может привести к серьезному кровотечению, так называемой геморрагической болезни новорожденных (ГБН).

Хотя это и редкое заболевание (от 0,25% до 1,7%) <sup>1</sup>, стандартной практикой является инъекционное введение витамина К в качестве профилактической меры, вне зависимости от того, есть факторы риска или нет.

У вашего ребенка может быть повышенный риск возникновения ГБН, если присутствует что-либо из следующего:

- [преждевременные роды](#) <sup>2</sup>
- [маленький вес при рождении](#) <sup>3</sup>
- родоразрешение при помощи щипцов или методом вакуум-экстракции
- необнаруженное заболевание печени
- очень быстрые или очень долгие роды, в особенности течение второго периода родового процесса (изгнание плода)

- [кесарево сечение](#) <sup>4</sup>

К сожалению, настоящие нормы предосторожности в отношении ГБН и витамина К были введены в практику без должного изучения того, что лучше для новорожденных. Такой подход «пальбы из всех орудий» был, безусловно, удобен для врачей, однако не включал в себя никакой оценки побочных явлений для ребенка.

Увеличение частоты обрезаний детей *немедленно после рождения*, до того, как они смогли выработать витамин К естественным путем, несомненно способствовало тому, что инъекции витамина К стали установившейся практикой для снижения риска сильного кровотечения из-за раннего

[обрезания](#)

<sup>5</sup>

Как указал один из моих читателей, интересно отметить, что естественный уровень протромбина у новорожденных достигает нормального уровня между пятым и седьмым днем, достигая максимума к восьмому дню жизни. Это связано с накоплением в пищеварительном тракте ребенка бактерий, отвечающих за выработку витамина К, необходимого для формирования этого фактора свертывающей системы крови. Считается, что восьмой день является единственным моментом в жизни ребенка, когда уровень протромбина естественным образом превышает норму на 100%.

В библейской «Книге Бытия» (17:12) предписывается делать обрезание новорожденным мужского пола на восьмой день после рождения. Рекомендация, высказанная задолго до того, как у нас появились научные данные, чтобы подтвердить это.

Я позволю вам самим сделать выводы о значимости этого совпадения, но в любом случае оно интересно.

Насколько я знаю, только в одном штате есть закон, обязывающий введение инъекций витамина К. Это штат Нью-Йорк <sup>6</sup>, печально известный своими ограничениями и препятствиями для отказов от прививок и другого обязательного медицинского лечения.

Однако в Организации освобождения от прививок (Vaccine Liberation Organization) вы можете найти специальные инструкции, как обойти препятствия, как для нью-йоркцев, так и для жителей других штатов. Там есть [специальная страница для нью-йоркцев](#) <sup>7</sup>, которые хотят избежать введения вакцины против гепатита В, укола витамина К, а также предотвратить капание нитрата серебра в глаза новорожденным.

Из-за того, что получить отвод в Нью-Йорке проблематично, Организация настоятельно советует рассмотреть вариант приглашения юриста для помощи в реализации ваших родительских прав.

К счастью, недавнее исследование показало, что есть более безопасные, лучшие методики, которые с тем же успехом защитят вашего ребенка от ГБН.

### **Опасности укола, о которых вас не предупреждают**

Есть три основные зоны риска, связанные с этими инъекциями:

1) Вероятно самое существенное — причинение боли немедленно после рождения, ведущее к возможному психоэмоциональному расстройству и травме новорожденного. Это совершенно нецелесообразно, ненужно и создает еще одну эмоциональную травму, которую беззащитный и невинный малыш должен преодолеть для достижения здоровья.

Печально, что дети должны превозмогать непреднамеренные травмы, но делать эту практику обязательной просто безнравственно.

2) Количество витамина К, вводимое новорожденным, в 20 000 раз больше необходимой дозы <sup>8</sup>. Кроме того, в инъекционный раствор может содержать консерванты, способные оказаться токсичными для юной слабой иммунной системы.

3) В момент, когда иммунная система ребенка еще недостаточно развита, инъекция создает дополнительный риск внесения инфекции из окружающей среды, в которой витают опасные возбудители инфекций.

Между тем, важно развеять распространявшийся годами миф об опасности инъекций витамина К.

Несколько лет назад было сделано предположение, что инъекции витамина К связаны с раком и лейкемией. Однако это заключение было ошибочно. Известной взаимосвязи между ними НЕТ.

Как указано выше, эти инъекции для вашего ребенка абсолютно нецелесообразны, но риск возникновения рака на данный момент не подтверждается.

Несмотря на то, что [стоит избегать преждевременного пережатия пуповины](#)<sup>9</sup>, так как это может привести к повреждению головного мозга, на данный момент недостаточно данных, доказывающих, что это ведет к уменьшению витамина К у новорожденных, хотя подобные заявления периодически встречаются.

### **Причинение боли сразу после рождения имеет долгосрочные последствия для новорожденного**

Более века многие врачи отрицали боль у новорожденных, основываясь на древних мифах и «научных доказательствах», которые были давным-давно опровергнуты. Многие заявляли, что новорожденные не чувствуют боли или не запоминают ее так, как взрослые.

А фактически они не только чувствуют боль, но и чем раньше они ее испытают, тем опаснее и дольше будут длиться психологические последствия.

Д-р Дэвид Чемберлен, психолог и соучредитель Ассоциации пре- и перинатальной психологии и здоровья, писал в своей статье «Дети не чувствуют боль: век отрицания в медицине»<sup>10</sup> :

«Чем раньше ребенка подвергают боли, тем больше вероятность вреда.

Ранняя боль включает рождение раньше срока с последующим искусственным инкубатором, рождение в срок в стандартном медицинском родблоке, любое хирургическое вмешательство (обширное или незначительное) и обрезание.

Мы должны предупредить медицинское сообщество о психологической опасности ранней боли и призвать его к устранению всех искусственных источников боли, сопровождающих рождение»;

Вернемся в 1999 год. Журнал «Сайенс Дэйли» опубликовал статью<sup>11</sup> о находке исследовательской группы с медицинского факультета Вашингтонского университета. Суть ее в том, что новорожденные, которых подвергают серии болезненных процедур, демонстрируют ряд отдаленных последствий в возрасте постарше, включая измененный ответ на боль, а также ненормально усиленную стрессовую реакцию.

В 2004 году исследование показало, что очень рано пережитая боль или стресс имеет продолжительные неблагоприятные последствия для новорожденного, включая изменения в центральной нервной системе, а также изменения ответных реакций нейроэндокринной и иммунной систем в зрелом возрасте<sup>12</sup> .

Аналогично, в 2008 году исследование анальгезии (нечувствительности к боли) у новорожденных и детей показало:

«Здоровые новорожденные регулярно испытывают резкую боль из-за забора проб крови для анализа уровня обмена веществ, инъекций витамина К или противогепатитной вакцины, или из-за обрезания.

Острая боль, вызванная процедурами, нарушающими кожный покров, может привести к психологической неуравновешенности, расстройствам поведения, имеет пагубные последствия для дальнейшей переносимости боли и стрессовой чувствительности.

Таким образом, уменьшение и исключение этой боли должно стать приоритетной целью клинической практики, чего и ожидает большинство родителей”<sup>13</sup>.

В добавление к вышесказанному отмечается, что возможный эмоциональный шок от инъекции может помешать [налаживанию грудного вскармливания](#) <sup>14</sup>, что вредно как для матери, так и для ребенка.

### **Витамин К ПЕРОРАЛЬНО — безопасная и эффективная альтернатива**

К счастью, альтернатива этим вопиюще ненужным инъекциям удивительно проста: давать витамин перорально. Это безопасно и в равной степени действенно, а также свободно от ранее указанных тревожных побочных эффектов.

Перорально введенный витамин К абсорбируется менее эффективно, нежели витамин К, введенный парентерально. Однако это может быть легко компенсировано коррекцией дозы. А так как витамин К нетоксичен, то опасности передозировки и побочных реакций нет.

Если вы кормите грудью — а я надеюсь, что кормите — вашему ребенку можно дать несколько маленьких пероральных доз витамина К, и вы получите ту же самую защиту от геморрагической болезни новорожденных, какую бы вы получили от инъекции.

Вы можете проконсультироваться с вашим педиатром относительно дозы, целесообразной для вашего ребенка.

Тем не менее, акушерка Ронни Фалькао использует нормы, установленные международным комитетом врачей, именуемым Кокрановское сотрудничество (Cochrane Collaboration). Они определили следующий режим дозирования, который приводит к одинаковым уровням защиты от ГБН [15](#).

- 1 миллиграмм жидкого витамина К еженедельно, или
- 0,25 миллиграмма жидкого витамина К ежедневно

В будущем необходимы исследования для более точного определения нормы для пероральных доз витамина К для новорожденных. При этом помните, что побочных явлений у взрослых и детей, которые принимали витамин К в дозах больших, нежели было необходимо, не отмечено.

Если вы немного переборщите, стремясь наверняка защитить ребенка в отсутствие предоставленной наукой точной дозировки, ничего страшного.

Вы также можете увеличить уровень витамина К вашего младенца, повышая свой собственный уровень витамина К, если вы кормите ребенка грудью.

Молоко кормящих матерей было протестировано и в большинстве случаев в нем был выявлен недостаток витамина К, поскольку сами матери испытывали дефицит этого витамина. Вы можете ожидать, что если женщины принимают дополнительно витамин К, их молоко становится намного богаче витамином К.

Согласно доктору Вермееру, матерям, которые принимают достаточно витамина К и которые кормят младенца грудью, НЕТ необходимости давать своим малышам витамин К дополнительно.

Но вы должны быть уверены, что ваш собственный уровень витамина К достаточно высок, так как для большинства женщин витамина К из питания бывает недостаточно. Поэтому может понадобиться добавка.



## Что вам нужно сделать ПЕРЕД рождением ребенка

Соглашаться или нет на укол витамина К вашему ребенку — это, в конце концов, ваш личный выбор. По крайней мере, теперь вы располагаете информацией, с помощью которой можете принять взвешенное решение.

Как бы вы хотели, чтобы прошли первые моменты жизни вашего малыша?

Есть масса неизбежных страданий и боли, которые вы не сможете предотвратить, вне зависимости от того, как бы сильно вы ни желали оградить вашего ребенка от них. Так почему не устранить один источник боли, который абсолютно необязателен и вам подконтролен?

Если вы выберете не подвергать вашего ребенка уколу витамина К и предпочтете, чтобы витамин был дан перорально, вы должны будете сообщить об этом **ОЧЕНЬ** четко не только вашему акушеру-гинекологу, но и **ВСЕЙ** бригаде медсестер, так как именно они будут делать укол.

Во время родов из-за волнений очень сложно удержать в голове, что вашему ребенку не планируется укол. Поэтому было бы полезно иметь на родах кого-либо, например вашего супруга, кто напомнит персоналу, что вашему ребенку **НЕ** надо делать укол.

Пожалуйста, отметьте, что я предлагаю следовать аналогичной стратегии, если вы придете к тому же выводу, что и я, о [прививке от гепатита В новорожденным](#) <sup>16</sup>. Я считаю, что это, безусловно, самая ненужная и нецелесообразная прививка из **ВСЕХ** прививок, и которой стоит избегать, как чумы.

Запомните, что вы должны действовать с упреждением. Обычно медсестры **НИКОГДА** не спрашивают разрешения на прививку или укол витамина К, так как это **СТАНДАРТНАЯ** практика, не требующая отдельного согласия. Поэтому вы должны быть **ОЧЕНЬ** внимательны и настойчивы в ваших требованиях.

Все это мне знакомо, потому что подобное произошло с племянником (сыном моей сестры), и это была ЕДИНСТВЕННАЯ прививка, полученная когда-либо кем-либо из ее детей. Я очень близок с моей сестрой, так как свою медицинскую практику я начал вместе с ней в 1985 году. С того времени она долгие годы управляла офисом. Сейчас она редактор данной рассылки и исполнительный директор нашего бизнеса.

У меня никогда не было собственных детей и ее дети мне очень дороги, поэтому мне больно осознавать, что я не был достаточно настойчив, чтобы предотвратить этот укол. Мы убеждены, что последствия этой прививки проявляются до сих пор, уже 12 лет.

Пожалуйста, помните — Вы должны проявлять крайние стойкость и упорство, чтобы заставить знать о своих желаниях. Система будет биться с вами не на жизнь, а на смерть, так как ее представители искренне убеждены, что они знают лучше.

Это стоит того, чтобы сделать дополнительные шаги для защиты вашего новорожденного, и я бы энергично приветствовал эти ваши дополнительные усилия.

## ПРИМЕЧАНИЯ

<sup>1</sup> American Academy of Pediatrics Vitamin K Ad Hoc Task Force, "Controversies concerning vitamin K and the newborn," Pediatrics. 1993 May;91(5):1001-3 <http://pediatrics.aappublications.org/cgi/content/abstract/91/5/1001>

<sup>2</sup> Vigorous Exercise May Lower Risk of Premature Birth <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2002/12/21/exercise-part-thirteen.aspx>

<sup>3</sup> Your Baby's Low Birth Weight Increases Your Risk of Dying <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2005/07/16/birth-weight.aspx>

<sup>4</sup> The Many Ignored Risks of C-Sections <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2007/03/08/the-many-ignored-risks-of-c-sections.aspx>

<sup>5</sup> Circumcision Decreases UTIs <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2000/04/09/circumcision.aspx>

<sup>6</sup> New York State Requirements for Vitamin K & Eye Drops at Birth <http://ffitz.com/nyvic/law/vitamin-k.htm>

<sup>7</sup> NewBorn Birthing Plan and Birth Exemptions <http://www.vaclib.org/exempt/newyork.htm#newborn>

<sup>8</sup> "Newborn vitamin K injections," Giving Birth Naturally <http://www.givingbirthnaturally.com/newborn-vitamin-k.html>

<sup>9</sup> Premature Clamping of the Umbilical Cord may Result in Brain Damage to Newborns <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2003/03/08/umbilical-cord-part-two.aspx>

<sup>10</sup> Chamberlain D. "Babies don't feel pain: A century of denial in medicine" <http://www.terrylarimore.com/BabiesAndPain.html>

<sup>11</sup> Science Daily, "Infant pain may have long-term effects," August 16, 1999 <http://www.sciencedaily.com/releases/1999/08/990816065623.htm>

<sup>12</sup> Giboney Page G. "Are there long-term consequences of pain in newborn or very young infants?" J Perinat Educ. 2004 Summer; 13(3):10-17 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1595204/>

<sup>13</sup> Anand KJS. "Analgesia for skin-breaking procedures in newborns and children: What works best?" CMAJ. 2008 July 1;179(1):11-12 <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2464482/>

<sup>14</sup> Why Breastfeeding in the First Hour of Life is Important <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2007/08/03/why-breastfeeding-in-the-first-hour-of-life-is-important.aspx>

<sup>15</sup> Falcao R. "Vitamin K injection or oral administration" <http://www.gentlebirth.org/archives/vitKvgf.html>

<sup>16</sup> Most Cases of Hepatitis B Are From Sex. Why Should We Vaccinate Infants <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2002/04/20/hepatitis-b-part-two.aspx>

**Д-р Джозеф Меркола (США)**

*Перевод Александра Андреева (Москва)*

Источник <http://www.homeoint.org/kotok/privivki.htm>

{jcomments on}