

*Карманный
целитель*



Юрий Константинов

БОЛЕЗНИ ЖЕЛУДКА И ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

**народные способы
лечения**



Юрий Константинов
Болезни желудка и
поджелудочной железы.
Народные способы лечения
Серия «Карманный целитель»

Текст книги предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=9753891
Болезни желудка и поджелудочной железы. Народные способы
лечения: Центрполиграф; Москва; 2014
ISBN 978-5-227-05507-1

Аннотация

Проблемы с желудком – это то, с чем сталкивается практически каждый. Такие заболевания характерны для детей, а среди школьников эти недуги распространены повсеместно... Поэтому необходимо знать, что делать, если тревожат неприятные ощущения в районе желудка. Не надо терпеть и думать, что пройдет само. Может, в этот раз и пройдет. А в следующий – вы попадете в больницу. Чтобы не доводить до такого состояния, нужно знать, что делать при первых же симптомах неблагополучия в желудке. Наша книга даст вам необходимые знания о питании, профилактике и лечении желудочных заболеваний. Также будет рассмотрен болезненный

недуг поджелудочной железы – панкреатит, поскольку он чаще всего тоже связан с погрешностями в питании. Лучше заранее знать его симптомы и особенности течения. Есть прямая связь между стрессом и осложнениями желудочно-кишечного тракта, поэтому отдельная глава расскажет, как бороться с последствиями отрицательных эмоций. И хочется пожелать, чтобы все познания, приобретенные после прочтения, никогда негодились вам на практике...

Содержание

Введение	5
Строение органов пищеварения	7
Болезни желудка	11
Гастрит	15
Острый гастрит	15
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Юрий Константинов

Болезни желудка и поджелудочной железы

Народные способы лечения

Введение

Заболевания желудка – это то, с чем сталкивается практически каждый человек. Одни страдают от подобных заболеваний постоянно, практически живут от обострения до обострения, другим везет – они болеют случайно, однократно и потом на долгие годы с этим не сталкиваются. К сожалению, такие заболевания очень характерны для детей, а уж среди школьников такие недуги распространены повсеместно. Именно поэтому практически каждому человеку необходимо знать, что делать, если болит в районе желудка или боль опоясывает все тело, если после еды ощущается тяжесть или подташнивает, а может быть, неприятные ощущения развиваются от голода. Не надо терпеть, не надо думать, что само пройдет или рассосется. Может, и пройдет. В этот раз. А в следующий вы будете валяться пластом и выть от боли, не в силах даже повернуться набок. И вот, чтобы не доводить до

такого состояния, и нужно знать, что делать при первых же симптомах неблагополучия в желудке.

Из всех заболеваний поджелудочной железы в данной книге будет рассмотрен только панкреатит, поскольку он чаще всего тоже связан с погрешностями в питании. Уж это заболевание вы не пропустите, если вдруг с ним столкнетесь. Очень неприятная и болезненная вещь, которая часто заканчивается вызовом «скорой помощи» из-за нестерпимой боли. И с ним тоже, как и с другими болезнями, лучше знать его симптомы и особенности течения, лучше предотвращать его, чем страдать.

И хочется пожелать, чтобы все познания, приобретенные после прочтения, никогда не пригодились на практике...

Строение органов пищеварения

Пищеварение начинается не в кишечнике и не в желудке, а во рту. Слюна содержит ферменты, способствующие перевариванию пищи, и чем больше пища измельчена еще в ротовой полости, тем больше она подвергается воздействию этих ферментов. Если же «заглатывать пирожки не жуя», то всю работу по перевариванию придется брать на себя желудку, что очень способствует его перегрузке и заболеваниям.

Достаточно измельченная пища из ротовой полости попадает в глотку, потом в пищевод. Пищевод – это узкая полая трубка, которая переходит в желудок. Трубка эта располагается впереди позвоночника, а перед ней находится трахея. Обычно стенки пищевода соприкасаются, но при прохождении пищи могут расширяться до 3–3,5 см. Стенка пищевода состоит из наружной оболочки, которая состоит из соединительной ткани, двух слоев мышц и внутренней слизистой оболочки.

Желудок взрослого человека вмещает в среднем до 3 л жидкости. В нем пища начинает перевариваться, и это занимает определенное время. Железы желудка вырабатывают желудочный сок, который состоит из соляной кислоты и ферментов. Чем больше соляной кислоты и желудочного сока вырабатывается, тем выше секреторная активность, или кислотность. Подвергаясь действию желудочного сока, пища

становится не только измельченной, но и жидкой. Постепенно она продвигается из желудка в двенадцатиперстную кишку. Страх, боль и другие неприятные эмоции могут затормозить выработку желудочного сока, а вот красивая сервировка стола, аппетитный вид блюд, положительные эмоции способствуют хорошему пищеварению. Хотя, надо сказать, «нервы» тоже у многих вызывают повышенный аппетит.

Стенка желудка состоит из трех слоев: внутреннего – слизистой оболочки, среднего – мышечной оболочки и наружного – серозной оболочки (брюшины). Кроме того, желудок разделяют на несколько отделов. Левая, широкая часть его, составляет тело и дно желудка. Там находятся железы, выделяющие пищеварительный сок. В привратниковой (выходной) части желудка пища продвигается к двенадцатиперстной кишке.

Желудок окружен рядом органов: сзади от него находится поджелудочная железа, сверху к малой кривизне прилегает печень, а правее – желчный пузырь. Из-за своей близости эти органы при воспалительных процессах могут припаиваться к желудку.

Тонкий кишечник начинается с двенадцатиперстной кишки. Сюда переваренная пища поступает из желудка и подвергается дальнейшему перевариванию. В двенадцатиперстную кишку выделяются сок поджелудочной железы, желчь и кишечный сок (из тонкого кишечника). В тонком кишечнике происходит переваривание около 80% углево-

дов, поступающих с пищей, и почти 100% белков и жиров. За сутки выделяется около двух литров кишечного сока. Стенки кишки покрыты миллионами маленьких кишечных ворсинок, которые способствуют всасыванию.

Из тонкого кишечника пища попадает в толстый кишечник. Там у человека живет множество бактерий, которые способствуют поддержанию нормального баланса и перевариванию пищи. Кроме того, микробы вырабатывают ряд полезных веществ, необходимых человеку, и защищают наш организм от вредных микробов. При неблагоприятных условиях (кишечная инфекция, длительное лечение антибиотиками и т. д.) баланс кишечной микрофлоры может нарушаться, вредные микробы начинают усиленно размножаться, останавливая рост полезных, такое состояние называется «дисбактериозом кишечника». Также толстый кишечник обеспечивает выведение кала наружу.

Большое значение имеет защитная функция органов пищеварения – предохранение организма от попадания в него с пищей вредных и ядовитых веществ, микробов. Слюна содержит вещества, губительно действующие на микробов, так же как соляная кислота желудочного сока и желчные кислоты в кишечнике. Многие вредные вещества, всосавшись в кровь, задерживаются в печени, обезвреживаются в ней и удаляются из организма.

Поджелудочная железа располагается в брюшной полости позади желудка. Она выделяет пищеварительный сок в про-

свет кишки и гормоны (вещества, регулирующие деятельность организма) в кровь. Особенно важен такой гормон поджелудочной железы, как инсулин. При его недостатке развивается сахарный диабет – заболевание, связанное с повышением уровня сахара в крови.

В соке поджелудочной железы содержатся ферменты, расщепляющие белки, жиры и углеводы. За сутки у человека выделяется примерно 1,5 л сока поджелудочной железы. Больше всего сока выделяется при употреблении хлеба, меньше всего – молока.

Печень вырабатывает желчь и обезвреживает самые разные вещества. Значительная часть лекарств и попадающих в организм инородных агентов проходит через печень. Вырабатывая желчь, печень принимает участие в процессе пищеварения и всасывания питательных веществ в кровь. Желчь выделяется непрерывно, часть ее попадает в кишечник, а часть первоначально скапливается в желчном пузыре. Желчь способствует нормальному пищеварению, способствуя размельчению и перевариванию жира, защищая пищеварительные ферменты от губительного действия поджелудочного сока, облегчает всасывание ряда веществ и способствует усилению работы кишечника.

Болезни желудка

К сожалению, болезней у желудка достаточно много и бывают они достаточно часто. Сейчас обычно это связывают с нерациональным питанием с преобладанием жиров и углеводов, с напряженным ритмом жизни, с действием всяких химических веществ, добавляемых в пищу. Но надо сказать, что и в прежние времена желудкам людей приходилось тяжело. Часто пищи просто не хватало и приходилось есть, что найдется; холодильников не было и пища могла портиться; большинство населения жило бедно и питалось однообразно... Так что во все времена болезни желудка были бичом человека. Не зря ведь существует столько народных рецептов для их излечения.

Обычно проблемы начинаются с функционального расстройства желудка. Возникают тошнота, изжога, какие-то непонятные боли в животе то до еды («от голода»), то после («объелся, как кирпичей наглотался»). Чаще всего это случается у молодых людей, занятых работой или учебой, а потому, как правило, остается без внимания. А ведь если задуматься и заняться своим здоровьем в это время, то можно избежать гораздо более серьезных и неприятных последствий. Если нормализовать питание и режим, все изменения проходят сами собой, без каких-либо последствий для здоровья.

Но чаще человек задумывается о своем состоянии, когда болезнь уже развилась и дальше терпеть нет сил. Обычно оказывается, что развился гастрит – воспалительное заболевание желудка. При нем нарушается ритм работы желудка, выработка пищеварительных ферментов и соляной кислоты. Поэтому возникают боли, тошнота, тяжесть в желудке и прочие симптомы. Гастрит может быть с повышенной и пониженной кислотностью – в зависимости от того, много или мало соляной кислоты и ферментов вырабатывает желудок (иногда кислота перестает вырабатываться вовсе, и тогда возникает гастрит с нулевой кислотностью). Симптомы при этих состояниях различаются.

При повышенной кислотности характерны, прежде всего, боли натощак или сразу после еды, изжога, потеря веса, иногда рвота желчью. А при пониженной кислотности будут тошнота, тяжесть в подложечной области, усиливающаяся после еды, неприятный запах изо рта, отрыжка воздухом и пищей. Первый вариант встречается чаще в молодые годы и называется «стрессовым» – болезнь обостряется при перенапряжении, во время авральной работы и сессий в институте; второй вариант – напротив, удел пожилых. Он связан с тем, что с возрастом защитных факторов вырабатывается меньше, поэтому даже нормальные количества соляной кислоты могут повреждать желудок.

Играют роль также и бактерии хеликобактер пилори: заразившись ими, заболеть гастритом можно в любом возрасте, а

гастрит без лечения – верный путь к язвенной болезни. При гастрите могут возникать повреждения слизистой желудка – эрозии, тогда гастрит называется эрозивным.

Болезнь утяжеляется, если имеет место рефлюкс – обратный заброс содержимого: при гастроэзофагеальном рефлюксе в пищевод забрасывается желудочное содержимое (и, соответственно, желудочный сок, который разъедает его стенку). При дуоденогастральном рефлюксе заброс идет из двенадцатиперстной кишки в желудок. Рефлюкс способствует воспалению органа, нарушению его функции. Такие больные жалуются на боли в подложечной области и чувство «садения, жжения» за грудиной или ниже. Боли могут возникать не только при приеме пищи, но и при резких наклонах, беге, поднятии тяжестей, иногда – даже при быстрой ходьбе. Боли могут меняться в зависимости от положения тела. Часто беспокоит изжога. Если в воспалительный процесс вовлекается пищевод, то говорят об эзофагите, если двенадцатиперстная кишка – о гастродуодените. Боли при нем более выраженные, чем при гастрите. Гастрит и гастродуоденит самые распространенные заболевания желудочно-кишечного тракта, по статистике ими болеет больше половины взрослого населения Земли.

Иногда воспаление случается только в двенадцатиперстной кишке, в то время как желудок остается не затронутым – это называется «дуоденит». Воспаление луковицы двенадцатиперстной кишки – бульбит. Точный диагноз ставится

после инструментального исследования, поэтому всем больным с такими симптомами проводят фиброгастродуоденоскопию. Врач видит передаваемое с помощью волоконной оптики изображение на экране телевизора. Иногда на ФГДС выявляется уже сформировавшаяся язва.

Гастрит

Гастрит – это общее название состояний, когда воспалена слизистая желудка. Что касается видов и причин гастрита, то их насчитывается множество. Каждая причина или вид дает свое название заболеванию.

Больше всего известно деление на острый и хронический гастрит.

Иногда люди знают, что он бывает с повышенной кислотностью желудочного сока (гиперацидный), с нормальной кислотностью (нормоцидный), с пониженной кислотностью (гипоцидный) и даже с нулевой кислотностью (анацидный).

Еще гастрит делят на катаральный (когда в воспаление вовлечена только внутренняя, слизистая оболочка желудка), эрозивный (когда воспаление и язвочки доходят до мышечного слоя желудка) и флегмонозный, когда воспалены все слои желудка (бывает только у людей с выраженным ослаблением иммунитета).

Острый гастрит

Причинами гастрита могут быть:

– неправильное питание: пристрастие к острой, горячей и грубой пище, избыточное употребление алкоголя, нерегулярное питание, еда всухомятку;

- стрессы;
- бактерия хеликобактер пилори (*Helicobacter pilori*);
- длительный прием некоторых лекарств (аспирин, некоторые антибиотики);
- курение;
- кишечные инфекции;
- хронические инфекции в полости рта и глотке (кариозные зубы, воспаление миндалин);
- заболевания желчного пузыря, печени, поджелудочной железы;
- наследственный фактор (по статистике, у половины болеющих гастритом родственники тоже им страдают).

Первые две причины сейчас можно считать актуальными практически для каждого первого человека. От этого и распространенность гастрита стремится к 100%.

Кроме того, острый гастрит может возникнуть из-за какой-нибудь травмы, воздействия химических веществ, в том числе лекарств, а бывают и аллергические гастриты.

Симптомы острого гастрита таковы, что человек не может его не заметить. В какой-то момент начинаются боли в левом подреберье. Они бывают слабые, больше похожие на «тяжесть», или сильные, «как ножом режет». Если кислотность повышенная и желудочный сок попадает в пищевод, то будет изжога. Время от времени появляется тошнота – либо от голода, либо после еды, «объелся», «как кирпичей наглодался». Иногда даже бывает рвота.

Раньше диагноз ставили на основании опроса, по совокупности симптомов. Для определения кислотности делали процедуру зондирования желудка. Сейчас перешли на фиброгастро(дуодено)скопию – ФГДС. По показаниям делали раньше и делают сейчас рентген желудка. В последние годы разработана методика обследования желудка с помощью УЗИ. Инструментальные процедуры очень помогают в постановке точного диагноза. А еще они позволяют заметить язву на ранних стадиях.

Наличие в желудочно-кишечном тракте хеликобактер пилори определяется несколькими исследованиями. Это может быть анализ кала, респираторный тест (улавливает повышенное содержание в выдыхаемом воздухе продуктов жизнедеятельности хеликобактер) или анализ крови.

Если острый гастрит начался внезапно, характеризуется сильными болями и прочими неприятными ощущениями, то в первый день больному рекомендуется воздерживаться от приема пищи, разрешается только пить чай, кипяченую воду или минералку без газа. Честно сказать, при такой боли и тошноте человек и сам есть не захочет. А вот пить надо – это поможет очистить желудок. На второй-третий день можно есть нежирный бульон, слизистый суп, манную и протертую рисовую кашу, кисели. Затем диета устанавливается такая же, как при хроническом гастрите и язве. Примерно через неделю можно переходить на обычное питание.

Медикаментозное лечение зависит от причины гастрита.

При аллергическом гастрите назначают противоаллергические средства (тавегил, супрастин, зиртек), при болях – обезболивающие, при инфекции – антибактериальные средства и сорбенты и т. п. Если гастрит протекает с повышенной кислотностью, то прописывают препараты из группы антацидов (фосфалюгель, альмагель и др.) или медикаменты, блокирующие секрецию слизистой желудка (ранитидин, омепразол и др.).

Антациды бывают в виде гелей, сиропов, таблеток и содержат соли висмута, алюминия, магния, кальция. После попадания в желудок они нейтрализуют кислоту и снижают кислотность желудочного сока. Это улучшает состояние слизистой желудка и снижает активность хеликобактер пилори, если она есть.

Препараты, снижающие секрецию желез желудка, воздействуют на клетки слизистой, блокируя выделение в просвет желудка соляной кислоты. Кислотность желудка при их приеме снижается на длительное время.

При нахождении в организме хеликобактер пилори назначают лечение антибиотиками по определенным схемам, которые включают в себя 3 или 4 препарата. Одна группа препаратов обязательно должна способствовать снижению кислотности желудочного сока, другая группа – антибактериальные препараты.

При гастрите важное значение имеет немедикаментозное лечение. Поскольку одной из причин его развития являются

стрессы, то очень важна нормализация эмоционального фона. Если вегетативная нервная система возбуждена, то никакое лечение не будет эффективным.

Кстати, хеликобактер пилори относится к условно патогенным микроорганизмам и при хорошей работе иммунной системы она не сможет нанести особого вреда организму. Весь вопрос в том, что хороший иммунитет в наше время есть далеко не у всех...

Очень большое значение, если не определяющее, при гастрите имеет диета. Этому будет посвящен отдельный раздел. Здесь же дадим самые общие рекомендации.

Поскольку желудок воспален, то еду надо употреблять такую, которая бы напрягала его как можно меньше. То есть при обострениях пища должна быть легкая, на которую не надо тратить много сил и времени на ее переваривание. Абсолютно исключен алкоголь, специи, жирная и жареная пища, насыщенные бульоны. Есть надо часто (5–6 раз в день) и понемногу. Полезны будут свежие фрукты и овощи, каши (первоначально на воде), картофельное пюре, отварной рис. Пища должна быть теплой (то есть не сильно холодной и не сильно горячей). По мере стихания симптомов гастрита питание можно дополнить мясными продуктами.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.