

Gremošanas traucējumi

Dr. Aldis Puķītis



LIETIŠKĀS
INFORMĀCIJAS
DIENESTS

IZDEVNIECĪBA

Rīga 2010

UDK 616.3

Pu 245

Aldis Puķītis
Gremošanas traucējumi

© Aldis Puķītis, 2010

© SIA «Lietišķās informācijas dienests», 2010

Vāka foto © Rafa Irusta – Fotolia.com

Literārā redaktore: Agrita Grīnvalde

Maketētājs: Artūrs Maurāns

Vāka dizains: Artūrs Maurāns

Grāmatu nodaļas vadītāja: Rita Baroniņa-Maurāna

Izdevuma mērķis ir radīt lasītājā izpratni par izdevumā aplūkoto tēmu, tās cēloņiem un kopsakarībām, bet saturs nevar un nedrīkst tikt izmantots, lai lasītājs pats sev noteiktu diagnozi vai uzsāktu ārstēšanu. Izdevums nevar aizstāt profesionāla speciālista, ārsta, izmeklējumus, diagnozes un ārstniecības kursa noteikšanu!

Visas tiesības aizsargātas. Aizliegts jebkādu grāmatas daļu reproducēt jebkādā formā un veidā bez rakstiskas autortiesību turētāja atļaujas.

Iespiests tipogrāfijā SIA «Informatīvā biznesa centrs»

Izdevējs: SIA «Lietišķās informācijas dienests»

Adrese: Graudu ielā 68, Rīgā, LV-1058

Tālrunis 67606110

Fakss 67606120

www.lid.lv

ISBN 978-9984-826-80-6

Saturs

IEVADS	7
KĀ NOVĒRTĒT, VAI AR VĒDERU VISS KĀRTĪBĀ?	9
VAI SIEVIETES GREMOŠANAS TRAKTS	
IR SAVĀDĀKS NEKĀ VĪRIETIM?	13
Izplatītākās gremošanas problēmas, par kurām sūdzas sievietes	16
BIEŽĀK LIETOTIE GREMOŠANAS ORGĀNU	
IZMEKLĒJUMI	21
DEDZINĀŠANAS SAJŪTA AIZ KRŪŠU KAULA	25
Kāpēc viena grupa cilvēku mokās ar dedzināšanas sajūtu, bet citi to nav izjutuši?	26
Vai ir novērojama GEAS saistība ar uzturu?	27
Kliniskā aina	28
Vai GEAS var traucēt citu orgānu darbību?	29
GEAS diagnostika	30
GEAS ārstēšana	31
PEPTISKA ČŪLAS SLIMĪBA	35
Helicobacter pylori	37

Nesteroīdie pretiekaisuma līdzekļi	38
Profilakse	40
Ārstēšana	41
Diētas ierobežojumi	42
Čūlas slimības komplikācijas	42
KAIRINĀTU ZARNU SINDROMS	45
Izplatība	46
Simptomi	48
Diferenciāldiagnostika	50
KZS provocētājfaktori	51
Atslēgpunkti KZS diagnostikā	53
Kairinātu zarnu sindroma «seja»	55
Kā sadzīvot ar slimību?	56
KRONA SLIMĪBA	59
Diagnostika	61
Klīniskās izpausmes	62
Kā sadzīvot ar slimību?	63
Kā ārstēt Krona slimību?	64
ŽULTSAKMEŅU SLIMĪBA	67
Kas ir žultsakmeņi, kā tie veidojas?	67
Žultsakmeņu simptomi un veidi	70
Diagnostika un ārstēšana.	71
Žultsakmeņi var atkārtoties!.	75
LITERATŪRA	77
PAR AUTORU	78

Ievads

Gremošanas traucējumi nav tikai ekonomiski aktīvo un attīstīto valstu iedzīvotāju ķibeles – ar tiem saskaras arī ļaudis jaunattīstības valstīs un valstīs ar dažādām ekonomiskajām formācijām. Pēc pēdējos gados publicētiem datiem zināms, ka otrajā vietā starp slimībām, kas var izraisīt pārejošu darba nespēju, sabiedrībā pārliecinoši dominē gremošanas problēmas, līdera vietā atstājot vīrusu infekcijas.

Mēdz būt situācijas, kad vēders padara dzīvi smagu. Nereti rodas iespaids, ka viena no mūsdienu straujā stresa laikmeta neatņemamām sastāvdaļām ir ar gremošanu saistītas kaites. Sabiedrībā dominē sūdzības par dedzināšanu aiz krūšu kaula, traucē nelaba dūša, vēl kādam problēmas sagādā vēdera uzpūšanās. Stress, neregulāra ēšana, ilgstoša sēdēšana pie datora, mazkustīgums, biežas kafijas pauzes organismam rada lieku slodzi, kā rezultātā vēdera apvidū parādās dažādi nepatīkami simptomi.

Vēdera sāpes, krampji, spazmas, dedzināšana, caureja, aizcietējumi, vēdera uzpūšanās, apetītes traucējumi ir simptomi, kurus grūti ignorēt un ar kuriem nav viegli sadzīvot. Šī izdevuma mērķis ir palīdzēt cilvēkam saprast, kas notiek ar viņa paša «gremošanas saimniecību» un dot padomus izejai no situācijas. Spiediena sajūta vēderā, dedzināšanas sajūta un spazmas ir visbiežāk sastopamie simptomi, kas cilvēku aizved pie ārsta. Otrajā vietā būtu

simptomu kopums: caureja, aizcietējumi, asiņošana, vēdera uzpūšanās, svara samazināšanās.

Saprotams, ka slimību saraksts, kurām raksturīgi minētie simptomi, ir samērā garš. Ne vienmēr izdodas uzķert slimību, vadoties pēc simptomiem, kas nereti var būt maldinoši. Piemēram, barības vada spazmas var radīt tādas sāpju sajūtas krūtīs, kas līdzinās miokarda infarktā. Ne vienmēr sāpju stiprums ir saistīts ar slimības smagumu. Prakse parāda, ka nenozīmīgu simptomu cēlonis var būt nopietna kaite. Lai tiktu skaidrībā par notiekošo, kā noderīgs palīgs var kalpot šis informatīvais izdevums. Šis grāmatas mērķis ir vairot cilvēku zināšanas par gremošanas orgānu slimību simptomiem, tādējādi mazināt cilvēka atkarību no medikamentiem, bailes no ārsta un izmeklējumiem un rosināt vēlmi sevi pasargāt un saudzēt savu veselību.

Kā novērtēt, vai ar vēderu viss kārtībā?

Ne vienmēr ārsts ir tuvumā, kad nepieciešama viņa palīdzība. Ir situācijas, kad ārsts ilgi jāgaida. «Mieru, tikai mieru!» kā teica visiem pazīstamais skandināvu vīrietis labākajos gados. Šai sakarā var lieti noderēt pašnovērtējuma anketa (26 jautājumi), kas ir pārbaudīta praksē un var kalpot neskaidru vēdera simptomu vai sajūtu precizēšanai. Ja jums IR sūdzības par gremošanas orgānu darbības traucējumiem un NAV veikti izmeklējumi, būtu ieteicams konsultēties ar savu ārstu vai gastroenterologu. Vēdera simptomu izcelsme var būt saistīta ar nopietnu patoloģiju – tie var būt priekšvēstnesis slimībai, kas prasa padziļinātu diagnostiku un ārstēšanu. Vecāka gadagājuma pacientiem ir paaugstināts onkoloģisku saslimšanu risks, tāpēc neskaidras izcelsmes sūdzību gadījumā būtu ieteicams konsultēties ar speciālistu.

Mūsdienās arvien biežāk praksē lieto dažādas aptaujas anketas, pacientu pašnovērtēšanas testus, lai atšķirtu nopietnas slimības pazīmes no uztraukuma vai stresa izraisītiem simptomiem. Ja tava atbilde uz kādu no sarakstā