Служба здоровья

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

Заболевания желудочно-кишечного тракта (ЖКТ)

– это группа болезней, при которых нарушается работа пищеварительной системы: страдает переваривание пищи, всасывание полезных веществ, продвижение содержимого по кишечнику или барьерная функция слизистой оболочки.

ВАЖНО: к ЖКТ относятся не только пищевод и желудок, но и кишечник, а также печень, желчный пузырь и поджелудочная железа, которые активно участвуют в пищеварении.



Служба здоровья

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

Основные виды заболеваний ЖКТ

- **Воспаление и повреждение слизистой:**
  Гастрит, язвенная болезнь, колит

- **Камни и воспаление желчного пузыря:**
  Желчнокаменная болезнь, холецистит

- **Воспаление и разрушение ткани органа:**
  Панкреатит, гепатит

- **Накопление и разрастание:**
  Жировая болезнь печени, полипы толстой кишки



Служба здоровья

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

«Мифы» о заболеваниях ЖКТ

- **Миф:** гастрит – от нервов, вылечить нельзя.
- **Правда:** чаще причина – бактерия Helicobacter pylori. Её находят при обследовании и лечат курсом таблеток.

- **Миф:** язва – на всю жизнь, спасает только диета.
- **Правда:** язву можно вылечить. Диета помогает, но причину убирает лечение.

- **Миф:** обезболивающие препараты безопасны для желудка.
- **Правда:** при частом приёме повреждают слизистую. Принимать – по показаниям и не натощак.

- **Миф:** если не болит – всё в порядке.
- **Правда:** болезни ЖКТ годами протекают без симптомов. А рак желудка и кишечника, найденный на ранней стадии, излечим.

- **Миф:** алкоголь вредит только печени.
- **Правда:** он также одна из главных причин острого панкреатита.

Служба здоровья

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

Когда идти к врачу

- ! Боль или жжение в верхней части живота
- ! Изжога чаще 2 раз в неделю
- ! Тошнота, отрыжка, вздутие, тяжесть после еды
- ! Потеря веса без причины
- ! Желтуха (пожелтение кожи и глаз)



Служба здоровья

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

Чем опасно?

- **Желудок и двенадцатиперстная кишка:** гастрит → язва → кровотечение, прободение, риск рака
- **Печень:** жировая болезнь, гепатиты → фиброз, цирроз, риск рака печени
- **Поджелудочная железа:** панкреатит → панкреонекроз, диабет, нарушение переваривания
- **Желчный пузырь:** камни → холецистит, холангит, панкреатит
- **Кишечник:** полипы → рак толстой кишки; воспалительные болезни → сужения, свищи

ВАЖНО: все эти осложнения развиваются годами и часто без симптомов. Диспансеризация – способ поймать болезнь до осложнений.

Служба здоровья

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

Профилактика заболеваний ЖКТ

1. Есть больше клетчатки – овощи, фрукты, цельные злаки. Меньше трансжиров, полуфабрикатов и ультрапереработанных продуктов.

2. Провериться на Helicobacter pylori и пролечить, если нашли. Это излечивает гастрит и предотвращает язву и рак желудка.

3. Отказаться от алкоголя. Эта вредная привычка ведёт к болезням печени и острому панкреатиту.

4. Проходить диспансеризацию. Она выявляет предраковые и злокачественные новообразования желудка и толстой кишки.

Служба здоровья

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

Маршрут пациента

Планово – в поликлинику по месту прикрепления:

- **Кабинет медицинской профилактики** – диспансеризация и профилактический осмотр, в том числе скрининг заболеваний ЖКТ:
  - 45 лет – ЭГДС (гастроскопия) однократно
  - 40–75 лет – анализ кала на скрытую кровь
  - При показаниях – колоноскопия

- **Участковый терапевт** – при появлении симптомов, направит при необходимости к специалисту

- **Гастроэнтеролог** – по направлению терапевта при хронических заболеваниях ЖКТ

- **Экстренно – скорая 103, 112:**
  ! Кровь в рвоте или кале, чёрный стул
  ! Резкая боль в животе, живот «как доска»
  ! Желтуха на фоне боли
  ! Неукротимая рвота, нарастающая слабость

Служба здоровья

ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

Больше информации в нашей школе для пациентов с хроническим гастритом и язвенной болезнью желудка