

Профилактика язвенной болезни 12-перстной кишки статья 2016

Язвенная болезнь 12-перстной кишки – это хроническое заболевание, при котором в стенке 12-перстной кишки образуется более или менее глубокий дефект – язва, которая заживает с образованием рубца (в отличие от эрозии – поверхностного дефекта слизистой оболочки). Заболевание характеризуется волнообразным течением с чередованием периодов обострения и ремиссии (временного отсутствия симптомов).

Язвенная болезнь 12-перстной кишки является одной из наиболее частых патологий желудочно-кишечного тракта и часто сочетается с язвой желудка (такие язвы называются сочетанными). У мужчин язвы в 12-перстной кишке образуются в несколько раз чаще, чем у женщин. В Калининградской области зарегистрировано более 46 тысяч человек, страдающих язвенной болезнью. Предполагается, что истинное число несколько больше официальных данных.

Причины

- Инфицирование микроорганизмом хеликобактер пилори (считается ведущей причиной развития воспаления желудка и при длительном течении может приводить к развитию язвенной болезни 12-перстной кишки).
- Генетическая предрасположенность (наследственность).
- Снижение иммунитета.
- Повышенная кислотность желудочного сока, который, попадая в 12-перстную кишку, оказывает раздражающее воздействие на ее стенку.
- Дуоденит (воспаление 12-перстной кишки).
- Еда всухомятку, употребление полуфабрикатов, газированных напитков, пряностей и приправ, копченой, жареной, соленой, острой, слишком холодной или горячей пищи.
- Стрессы, нервные перенапряжения («стрессовые» язвы).
- Сильные ожоги, травмы, кровопотери, прием некоторых лекарственных препаратов.
- Чрезмерный прием алкоголя, курение.

Формы

По частоте возникновения обострений выделяют следующие формы язвенной болезни 12-перстной кишки:

- с частыми обострениями (более 2 раз в год);
- с редкими обострениями (1-2 раза в год).

По количеству язв различают:

- одиночные;
- множественные.

По месту расположения язв:

- в области луковицы 12-перстной кишки (расширенная часть 12-перстной кишки);
- в постлуковичном отделе 12-перстной кишки ;

По глубине поражения стенки 12-перстной кишки:

- поверхностные (незначительный дефект стенки);
- глубокие (глубокое поражение стенки 12-перстной кишки).

По состоянию самой язвы:

- стадия активного обострения с типичной клинической картиной — болевым синдромом, тошнотой, рвотой и др.;
- образование рубца (рубец после заживления язвенного дефекта);
- ремиссия (временное отсутствие симптомов заболевания).

Симптомы язвенной болезни двенадцатиперстной кишки

В период ремиссии (временное исчезновение симптомов болезни) какие-либо жалобы, как правило, отсутствуют. При обострении язвенной болезни 12-перстной кишки возникают следующие симптомы:

- боль - один из основных и главных признаков язвенной болезни. Боль располагается в подложечной области или над пупком. Характерны боли, появляющиеся натощак или через 2-3 часа после еды (“голодные” боли), часто ночью (“ночные” боли). Боль уменьшается после приема пищи. Иногда боль отдает под лопатки, в спину, в область сердца. Усиление болей вызывают: погрешности в питании, переедания, употребление алкоголя, стрессы, прием некоторых лекарственных препаратов;

- сезонность обострений заболевания. Для язвенной болезни характерно обострение симптомов весной и осенью, тогда как в летние и зимние месяцы симптомы стихают или отсутствуют вовсе;
- изжога;
- отрыжка;
- вздутие живота;
- тошнота;
- рвота, приносящая облегчение (иногда больные вызывают рвоту специально);
- запоры (отсутствие стула несколько дней или недель), иногда примесь крови в кале;
- раздражительность, плохое настроение и сон;
- снижение массы тела (несмотря на хороший аппетит).

Осложнения

- Кровотечения из 12-перстной кишки. При этом наблюдается: рвота «цвета кофейной гущи», темный, дегтеобразный кал, потеря сознания при выраженной кровопотере.
- Перфорация язвы (разрыв стенки кишки в области язвенного дефекта). При перфорации возникают: сильные, нестерпимые боли («кинжальные»), тошнота, рвота, напряжение мышц живота.
- Возникновение перитонита (воспаление брюшины) из-за выхода желудочного содержимого в брюшную полость.
- Распространение воспалительного процесса из 12-перстной кишки в соседние органы — печень, поджелудочную железу и др.
- Развитие воспаления 12-перстной кишки.
- Образование рубцового сужения 12-перстной кишки.
- Образование опухоли в 12-перстной кишке.

Профилактика язвенной болезни двенадцатиперстной кишки

По возможности исключить причины, вызывающие заболевание: гастрит, воспаление 12-перстной кишки, сухоядение и др. Кроме того, включить в рацион продукты с высоким содержанием клетчатки (овощи, фрукты, зелень), отказаться от жареной, консервированной, слишком горячей, холодной и острой пищи, продуктов быстрого приготовления, газированных сладких напитков, содержащих большое количество добавок, подсластителей, усилителей вкуса и т.п., генно-модифицированных продуктов. Избегать чрезмерного употребления алкоголя, бросить курить, избегать (по возможности) стрессовых ситуаций, применять лекарственные препараты только по назначению врача.