

ГАСТРОЕНТЕРОЛОГИЧНИ НЕВОЛИ

Септември е, но за някои месеци, пътуванията и отпуските все още предстоят. За да не мине времето ви за почивка в повръщане и принудителен престой в тоалетната, е добре да научите подробности за характерните за пътешественика и отпускаря болести – **ентерити, ентероколити, гастроентероколити и хепатит А** (болестта на мръсните ръце). Защото дори и да поддържате перфектна лична хигиена, винаги има риск хората, които ви предлагат храна, особено уличните продавачи, да не са на висота по отношение на чистота. Потърсихме съвети и препоръки от д-р Ани Чавушян от „Сити клиник“ как да се предпазите от бактериални и вирусни стомашно-чревни инфекции.

Каква е разликата между ентероколит, гастроентероколит и ентерит?

Ентероколитът е по-общото понятие. Представлява възпаление на тънкото и дебелото черво, предизвикано от вируси или бактерии. Ентеритът е възпаление само на тънкото черво. А гастроентероколитът включва и симптоми, свързани със стомаха (от гръцки *gaster* – „стомах“ – **бел. ред.**). Острите ентерити и ентероколити са типични за летния сезон, когато се наблюдава събиране на хора на едно място и когато по-често имаме контакт с водоеми и с храна, които не са съхранявани правилно или се предлагат от хора със съмнително ниво на хигиена.

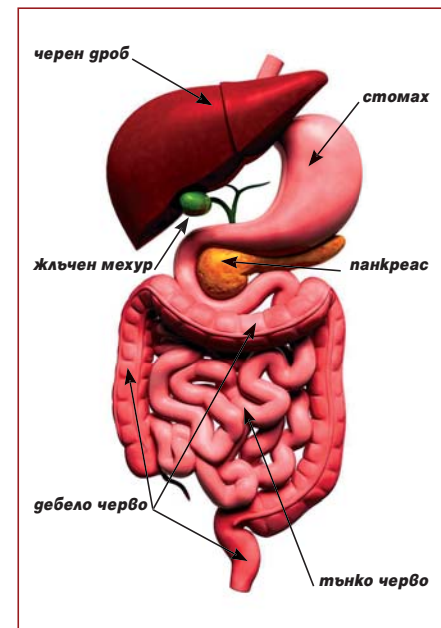
Какви са симптомите на тези заболявания?

Те много често протичат с едни и същи симптоми: остра диария с различна честота на изхожданията и различна консистенция на изпражне-

нията. Често те са с кашево-воднист характер, а понякога могат да съдържат и примеси на слуз, по-рядко – и на кръв (зависи от причинителя на възпалението). Диарийният синдром се наблюдава непосредствено след провокация от контакт с причинителя (вирус или бактерия), но може да има и допълнителни симптоми: температура, гадене, повръщане и коремни болки. Понеже стомахът, тънкото и дебелото черво са една система, понякога се наблюдават вариации при комбинирането на симптомите – например диария има, но повръщане отсъства и т. н. Изводът е, че човек не бива сам да интерпретира симптомите, а да потърси съвет от специалист.

Кога е наложително заболяването да се консултира с лекар?

Ако началото на възпалението е остро – с коремни болки и дори с втрисане – веднага. При някои вирусни ентероколити симптомите преми-



Визитка

Д-р Ани Чавушян е завършила медицина през 1994 г. с две специалности – вътрешни болести и гастроентерология. От една година работи като гастроентеролог в „Сити клиник“ – София.



нават от само себе си за 24 часа. Има случаи, когато заразяването с бактерии протича дискретно. Това се нарича хронично носителство и може да е една от причините за заразяване на други хора. Ако например кухненски работници или хора, които продават храна, са хронични носители на бактериите, те могат да заразят продуктите, които предлагат и това да провокира остри възпаления при тези, които ги консумират. В този случай, а и по принцип, когато става дума за стомашно-чревни възпаления, добрата хигиена е ключов момент.

Какво означава добра хигиена?

Миене на ръцете със сапун преди всяко хранене и задължително след ходене до тоалетна. Измиване на плодовете преди консумация под течаща вода – също.

Правилно съхраняване на продукти, особено от животински произход (яйца, месо, мляко) и подлагането им на термична обработка преди консумация. Не е добре да се консумират консервирани храни. Не бива да се пие вода от съмнителни водоизточници. Къпането във водоемите, за които има съмнение, че са замърсени, също крие рискове. Консервирани храни също е добре да не се консумират.

Кои са опасните вируси и бактерии, които заплахват стомашно-чревния ни тракт през топлите месеци?

Салмонелните бактерии, причинява-

щи салмонелоза (внимавайте с яйцата!), която протича с остър гастроентерит няколко часа след заразяването – с профузни повръщания, многократни диарийни изхождания и повишена температура.

Дизентерията (шигелозата) се причинява от бактерията Шигела. Протича с коремни болки и с примеси на кръв, слуз и гной в изпражнението. Опасност настъпва и когато щамове на заразна бактерия Ешерихия коли попаднат по фекално-орален (чрез вода и храна) път в организма ни. Тогава те предизвикват остра диария или остър ентероколит.

Всичко това води до най-тревожния симптом – обезводняване. Човек губи не само вода, но и ценни електролити, които трябва да се набавят. При някои лечението в болнична обстановка е задължително, поради висок риск от развитие на усложнения.

Пиенето на вода може ли да компенсира обезводняването?

Ако човек успее да задържи водата – да. Но обикновено това не се случва. Затова е добре, ако тръгвате на почивка, да се запасите със специални препарати, които съдържат електролити. Те са под форма на прахчета, които се разтварят във вода. Одобрени са от СЗО за лечение и овладяване на симптоми и последици на гастроентероколитите.

Има ли рискови групи от хора, при които ентероколитът може да доведе до нещо по-страшно?

Да. Най-бдителни трябва да са пациентите, страдащи от диабет, от хронични сърдечносъдови и дихателни заболявания. Те са изключително застрашени от обезводняване, което крие рискове от други усложнения. Деца са също са в рисковата група. Ако такъв пациент е с изразени симптоми на ентероколит, не бива да чака дори и ден за консултация с лекар.

Имали ли сте по-особен случай във вашата практика, когато диагностицирате ентероколит, но впоследствие се оказва, че заболяването е по-сложно?

Покрай една остра гастроентерологична инфекция и въпреки прило-

„СПРИ И СЕ ПРЕГЛЕДАЙ“

Е НАЦИОНАЛНА КАМПАНИЯ ЗА РАННА ДИАГНОСТИКА НА РАКА НА ГЪРДАТА, РАКА НА ДЕБЕЛОТО ЧЕРВО И РАКА НА ШИЙКАТА НА МАТКАТА, В КОЯТО „СИТИ КЛИНИК“ УЧАСТВА!



Пациентите, получили покана от Министерство на здравеопазването да посетят безплатен профилактичен преглед, могат да си запишат дата и час за преглед на тел: 0700-13-127 или на място на централна регистратура в „Сити клиник“ (София, ул. „Околовръстен път“ 127).

Наг 400 хиляди българи от цялата страна ще бъдат изследвани БЕЗПЛАТНО за посочените онкологични заболявания ДО КРАЯ НА ГОДИНАТА.

Ранното откриване на тези видове рак увеличава многократно шансовете за излекуване. Националната кампания „Спри и се прегледай“ дава възможност на всички пациентки, получили покана за безплатен преглед, да се подложат на маммографско изследване за рак на гърдата, на анализ за скрити във фекалиите следи за рак на дебелото черво и на цитонамазка за откриване на ранни признаци на рак на шийката на матката в „Сити клиник“ – София.

В деня на изследването, предварително уточнено по телефона или на място, е необходимо пациентите да носят получената по пощата лична покана за участие в програмата.

женото адекватно лечение от специалист, симптомите могат да прогресират да се изясняват (разстройство, кървене и др.), ако пациентът има скрито заболяване (например туморно заболяване на дебелото черво). Тогава се налага той да бъде подложен на специфични тестове, за да се изключи подлежаща друга болест.

При по-младите хора пък някои чревни заболявания могат да имитират остра инфекция. Например улцерозният колит може да започне с остра, кървава диария и на първо време да имитира например една дизентерия. Впоследствие обаче микробиологичното изследване може да изключи дизентерия, т.е. да отхвърли бактериален причинител и да се извършат специализирани изследвания от гастроентеролог за доказване на заболяването.

А има ли разлика между вирусните и бактериалните инфекции по отношение на симптоматиката и тяхното лечение?

Вирусните ентероколити, т.е. тези, които са причинени от вируси (например ентеровируси, ротавируси), също са типични за летния сезон. При хора без хронични заболявания протичат по-леко. Но не са толкова безобидни за гореспоменати-

те рискови групи пациенти..

Дали възпалението е вирусно или бактериално обаче, може да бъде диагностицирано само от специалист. Лечението на двата вида ентероколити също е различно. При бактериалните приемът на антибиотици е задължителен.

При вирусните антибиотиците не са ефикасни и не се препоръчва да се използват.

Как да лекуваме ентероколитите?

Първо, с бдителност. Много е важно, когато сме на почивка, да се въздържаме от хранителните изкушения, които ни дебнат на всеки ъгъл и да се храним само на места, където допускаме, че хигиената е на ниво. Не е зле да носите със себе си пробиотици. Те са хранителна добавка и влияят благоприятно върху микрофлората и благоприятстват възстановяването на микробната флора. При наличие на зараза добър ефект може да има приемът на медицински въглен. Но същинското лечение трябва да се назначи от лекар. То зависи от тежестта на симптомите.

Разговора води Мариана ЯНЕВА