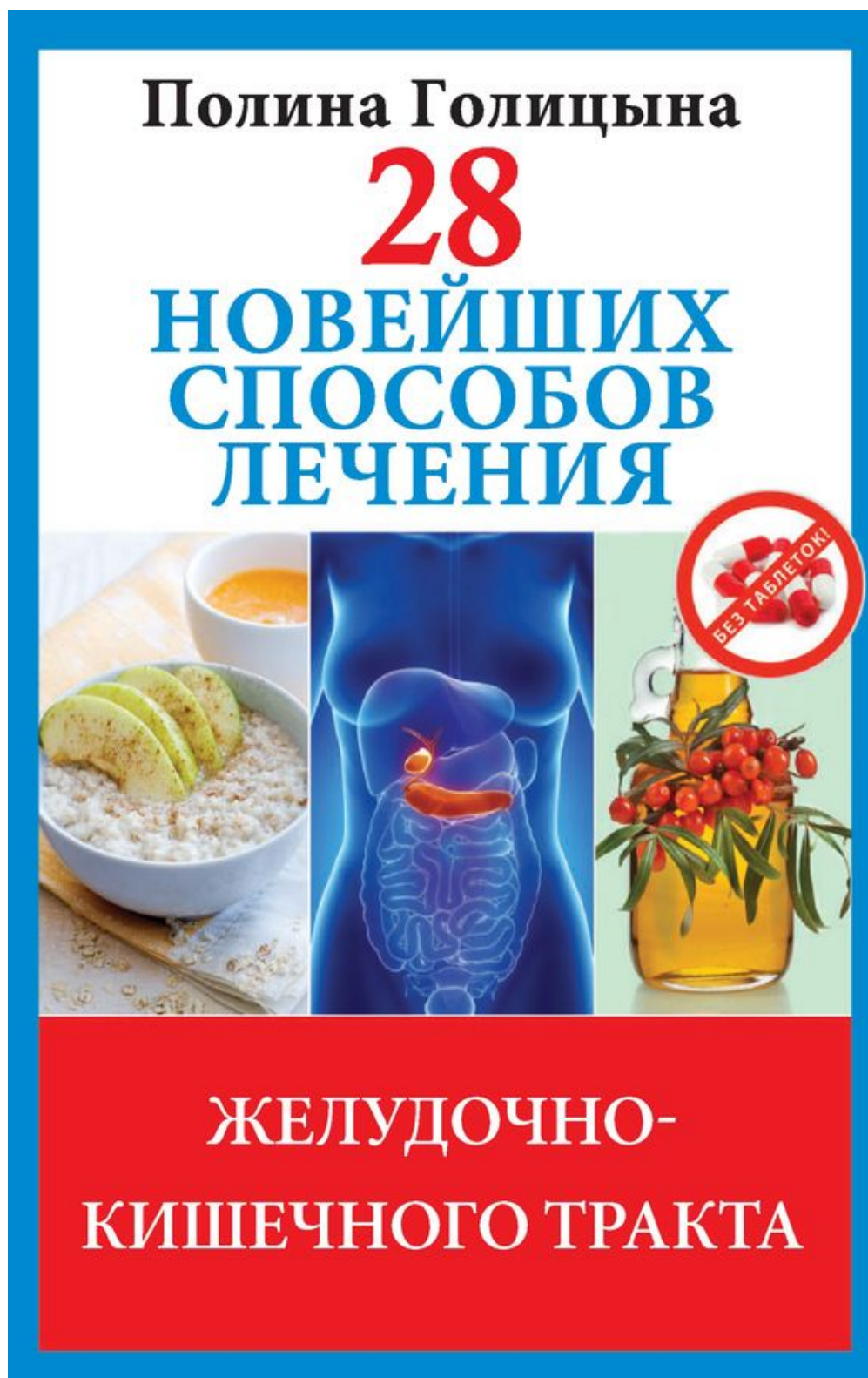


Полина Голицына
28 новейших способов лечения желудочно-кишечного тракта



«28 новейших способов лечения желудочно-кишечного тракта / Полина Голицына»: РИПОЛ
классик; Москва; 2013
ISBN 978-5-386-06273-6

Аннотация

Вы держите в руках книгу о самых эффективных методах лечения таких распространенных заболеваний желудочно-кишечного тракта, как гастрит, язва желудка, язва двенадцатиперстной кишки и панкреатит. Кроме медикаментозного лечения в этой книге вы познакомитесь с такими эффективными методами лечения этих болезней, как холодное и горячее обертывание, грязелечение, ароматерапия, медолечение, гомеопатия, водолечение и многими другими. Также здесь вы найдете почти полторы сотни народных рецептов, сборов и методов нетрадиционной медицины по лечению этих болезней, снятия болевых симптомов и профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта. В книге использованы данные из авторитетнейших российских и зарубежных научных источников, которые описывают воздействие различных методов на организм человека.

Полина Голицына

28 новейших способов лечения желудочно-кишечного тракта

Издательство не несет ответственности за возможные последствия, возникшие в результате использования информации и рекомендаций этого издания. Любая информация, представленная в книге, не заменяет консультации специалиста

Предисловие

Вам предоставлена уникальная возможность прочитать книгу, в которой собраны самые эффективные и научно признанные методики лечения серьезных заболеваний желудочно-кишечного тракта. Особенностью этой книги является, что все методы, даже те, которые можно встретить в старинных травниках, являются научно проверенными и признанными медицинским сообществом.

Болезни пищеварительной системы изучаются врачами и учеными тысячи лет. Но, к каким бы выводам ни приходили исследователи, какие бы открытия ни делали врачи, старые добрые народные методы, как и прежде, помогают людям, страдающим от гастрита, язв желудка и двенадцатиперстной кишки, панкреатита. В последние годы медицинское сообщество все чаще советует больным прибегать к помощи старинных «бабушкиных» рецептов. Врачи признали, что любое лекарство, особенно, когда дело касается желудочно-кишечного тракта, несет множество опасностей для организма и имеет огромное количество побочных эффектов. И, одновременно с этим, последние исследования показали, какие из методов и рецептов народной медицины являются наиболее эффективными и успешно конкурируют с продукцией фармацевтических компаний.

В этой книге вам предлагается больше сотни рецептов, десятки способов лечения и предупреждения таких страшных болезней, как язва желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит и панкреатит. Также вы ознакомитесь с рекомендациями врачей относительно того, как и чем лечить тот или иной вид заболеваний.

Гастрит и острый гастрит

Гастрит является самым распространенным заболеванием органов пищеварения. По усредненным данным исследований по всему миру, около половины населения развитых стран болеет гастритом.

Что такое гастрит? Это воспаление внутренней слизистой оболочки желудка.

Существует две формы гастрита: острая и хроническая.

Острый гастрит начинает развиваться, чаще всего, после недолговременного воздействия повреждающих веществ: очень острой пищи, отравляющих веществ, алкоголя, ряда медикаментов, пряностей или из-за непереносимости организмом ряда пищевых продуктов.

Хронический же гастрит начинает развиваться незаметно. Часто хронический гастрит даже

не имеет отчетливых симптомов. У людей с этим заболеванием врачи часто обнаруживают воспалительные и дистрофические патологии слизистой оболочки. Эти патологии сопровождаются плохим пищеварением, изменением структуры слизистой оболочки. Также болезнь сопровождается расстройством секреции или недостаточным выделением соляной кислоты вместе с ферментами, которые расщепляют пищу.

Победить гастрит можно. Но результат целиком и полностью зависит от самого больного. Если при обнаружении заболевания, человек продолжает употреблять острую и жирную пищу, алкоголь, курить, нерегулярно питаться и «нагружать» желудок, то лечение не принесет желаемого эффекта.

Только снизит дискомфорт в желудке и болевые ощущения. Сама же болезнь продолжит развиваться и постоянно напоминать о себе.

Отношение к гастриту более безответственное, чем к язвенной болезни, при которой больные начинают выполнять все предписания врачей. При гастрите же, когда речь заходит о диете, режиме питания, бережном отношении к своему желудку, больные часто смотрят на эти рекомендации без особого энтузиазма, надеясь на авось. И, в результате, все заканчивается обнаружением новых и уже более серьезных болезней: хроническим панкреатитом (воспаление поджелудочной железы), холециститом (воспалением желчного пузыря), хроническими запорами и хроническим расстройством желудка, поносом и атрофией (вымиранием) тканей желудка.

От работы желудка зависит и пищеварение, и обработка и усвоение пищи, и обмен веществ во всем организме. Имейте в виду, что запущенный хронический гастрит может стать причиной «увядания», утончения слизистой и стенок желудка, или наоборот – резкого разрастания желудочной ткани.

С точки зрения медицины, гастрит – это предраковое, то есть почти онкологическое состояние, которое требует ежегодной диспансеризации, во время которой должно проводиться эндоскопическое и биопсическое исследование.

Определить гастрит бывает трудно. У болезни нет каких-то особенных симптомов. Поэтому для его определения требуются сложные методы.

Метод эндоскопии исследует внутренние органы с помощью гибкой или жесткой световолоконной аппаратуры, которая дает врачам возможность осматривать органы.

Метод биопсии – более болезненный. Это рассечение тканей для того, чтобы провести их микроскопическое исследование. То есть, при осмотре желудка или гастроскопии, забирается кусочек слизистой оболочки для его исследования.

После всех этих процедур устанавливается окончательный диагноз.

Чтобы спровоцировать болезнь достаточно лишь не соблюдать элементарных правил, которым нас всех учат с детства. Гастрит появляется, когда человек долго и помногу питается острой, пряной и грубой пищей. Когда плохо пережевывается еда, происходит постоянное переедание, еда глотается неразжеванной, нет постоянного режима питания. Запомните, что верный путь к началу гастрита – это долгие перерывы между едой, после которых вы «нагружаете» свой желудок пищей.

Также гастрит может спровоцировать нехватка витаминов и белков в организме. Недостаток ряда веществ делает слизистую оболочку желудка более тонкой и снижает способность организма переваривать пищу. А злоупотребление алкоголем, тем более алкоголем плохого качества попросту «сжигает» слизистую.

Всем, кому врачи прописали прием лекарств, которые из-за своего состава вызывают повреждение слизистой оболочки желудка (ортофен, ибупрофен, антибиотики, аспирин, индометацин, а также иных препаратов, которые относятся к группе нестероидных противовоспалительных средств), следует особенно тщательно следить за состоянием желудка, иначе однажды им придется «слечь» в постель из-за долгих и тягучих болей в области живота.

Кроме того, вызвать гастрит может попадание в желудок желчи. Желчь, которая в достаточных дозах образуется в нашей печени, «хранится» в желчном пузыре, и оттуда по

специальным канальцам не попадая в желудок, направляется организмом в двенадцатиперстную кишку. Но, при расстройстве функций желудка и кишечника, которое называется перистальтика, желчь «меняет свой маршрут» и перетекает в желудок. После этого желчь начинает разъедать желудок и провоцирует воспалительный процесс.

Еще одним негативным фактором, который провоцирует развитие хронического гастрита, является наследственность. Если в вашей семье есть люди, болеющие гастритом, то имейте ввиду, что вероятность заболевания у вас очень высока – следите за тем, что вы едите, тщательно разжевывайте пищу и избегайте острой пищи.

Гастрит появляется и при хроническом поражении слизистой оболочки желудка. Но для этого необходимо несколько условий. Например, заболевание часто проявляет себя у рабочих заводов и фабрик. И причиной служит не плохое питание, а условия промышленного производства: щелочные и кислые испарения, пыль (металлическая, силикатная, угольная), высокая температура (в горячих цехах), вдыхание солей тяжелых металлов (свинца, ртути и др.) и радиация.

Очень часто болезнь появляется из-за другого и очень распространенного вида отравления, которое замечено у подавляющего большинства россиян – хроническое отравление табаком. Или интоксикации из-за курения. Дело в том, что никотин стимулирует желудочную секрецию, потому курильщики беспрерывно нарушают режим выделения соляной кислоты и различных пищеварительных ферментов. Наш организм настроен так, что соляная кислота (а это одна из самых едких кислот) и ферменты выделяются только перед приемом пищи. Когда же вы закуриваете сигарету, неважно, перед едой или после, то провоцируете дополнительный выброс кислоты в желудок. Чтобы понять, какие процессы происходят с вашими внутренностями в эти минуты, посмотрите в интернете видеоролик с записью того, как соляная кислота растворяет гвозди и камни.

Аллергия также может стать причиной появления гастрита. Сама по себе аллергическая реакция держит в воспаленном состоянии весь организм, и слизистая оболочка желудка не является исключением.

Одной из наиболее частых причин заболевания становятся и инфекции: хронический тонзиллит, кишечные инфекции, хронический холецистит и другие. Эти инфекционные заболевания способствуют развитию хронического гастрита.

В последние годы научное сообщество придерживается мнения, что в подавляющем большинстве случаев воспаление слизистой желудка является следствием попадания в желудок инфекции – хеликобактер. Эти бактерии были открыты в 70-х годах прошлого века.

Ну и последняя причина хронической болезни – это продолжительное «непогашенное» воспаление или острый гастрит, который не удалось вылечить. В таких случаях хроническая форма гастрита развивается из-за плохого лечения.

Способы лечения гастрита и острого гастрита

<

> На сегодняшний день существуют десятки способов лечения хронического гастрита. Они используются, как правило, в трех направлениях: лечение травами, диетотерапия, лекарственная (медикаментозная) терапия и лечение минеральными водами.

Если врач считает необходимым нормализовать режима труда и отдыха пациента, а также устранить или свести к минимуму факторы, которые усугубляют болезнь – то есть, употребление алкоголя, курение, работа на вредном производстве, стрессы – значит необходимо выполнять все его рекомендации. Доказано, что ночная работа, работа по сменам, пары химических веществ, и множество других факторов, о которых было упомянуто ранее, серьезно вредят слизистой оболочке желудка.

Помните, что у каждого из нас существует в организме некое «слабое место», которое первым реагирует на вред, который наносится в результате неразумной жизни. И если эта «слабая точка» – пищеварительная система, то, несмотря на лень или внешние факторы, надо следовать всем рекомендациям. Не забывайте, что гастрит в медицине считается предраковым

заболеванием.

1. Медикаментозное лечение

Назначая пациенту лекарства, врач учитывает сразу несколько факторов. В первую очередь, лекарства нужны, когда происходит обострение гастрита. После того, как врач определил стадию болезни, он назначает лекарства, которые будут эффективны именно на этом этапе лечения. Нет универсального лекарства от гастрита, потому что есть множество причин болезни. И каждой из причин соответствует определенное лекарство. Назначение препаратов зависит от:

а) состояния слизистой оболочки желудка, а значит вида гастрита (атрофический гастрит или гиперпластический гастрит);

б) от формы и причин заболевания (по причине заброса желчи, вреда нанесенного лекарствами, по причине приема алкоголя, инфицирования слизистой оболочки желудка геликобактериями, аллергический гастрит и другие причины);

в) от уровня кислотности (пониженная или повышенная кислотность).

Помимо этого, гастроэнтеролог учитывает такие симптомы, как клинические проявления поражений желудка. Это: изжога, боль в подложечной области, тошнота, отрыжка, нарушение аппетита, вздутие живота, дискомфорт в области живота и расстройства кишечника.

На сегодняшний день науке известны более сотни лекарственных препаратов, которые назначаются больным в зависимости от вида гастрита. Среди этих препаратов надо выделить несколько основных групп.

1. Антибиотики. Они назначаются для уничтожения бактерий в слизистой оболочке желудка. В их число входят такие лекарства как: доксициклин, амоксициллин, метронидазол, кларитромицин.

2. Антациды. Это препараты, устраняющие изжогу за счет того, что нейтрализуют соляную кислоту. К антацидам относятся: маалокс, фосфалюгель, алмагель А, алмагель, алмагель НЕО, магалфил, гелусил, тальцид.

3. Антисекреторные препараты. Эти лекарственные средства подавляют избыточную желудочную секрецию, то есть выделение сока и перистальтику кишечника. К ним относятся: фамотидин, ранитидин, омепразол.

4. Препараты висмута. Эти препараты многосторонне воздействуют на желудок. Наиболее часто встречаются такие висмутосодержащие лекарства как: Де-Нол и висмута салицилат.

5. БАДы (биологически активные пищевые добавки). Это и витамины разных групп (группы А, витамин В), и фолиевая кислота.

6. Спазмолитики. То есть, препараты, которые снимают спазмы пищеварительного тракта: мебеверин, но-шпа, галидор.

7. Обволакивающие средства, которые защищают желудок от вредного воздействия острой, горячей, холодной пищи, алкоголя, излишков соляной кислоты и т. д. Это такие лекарства, как: энтеросгель и смекта.

8. Ферментные препараты. Данная группа лекарств предназначена для того, чтобы помочь желудку при переваривании пищи. К их числу относятся: сок желудочный натуральный, ацидинпепсин, панкреатин.

9. Препараты, нормализующие микрофлору кишечника. Такие лекарства препятствуют «вымыванию» из организма полезных бактерий: линекс, хилак форте и др.

10. Средства, способствующие восстановлению (регенерации) слизистой оболочки желудка. Это: тыквеол, натрия дезоксирибонуклеат, левокарнитин.

11. Препараты, которые нормализуют двигательную активность (моторику) желудка. Также эти лекарства являются противорвотными. Это: домперидон, метоклопрамид.

Принимать все эти лекарства надо только по назначению врача. И только после того, как врач определил разновидность гастрита. Нельзя забывать, что, за очень редким исключением, данные препараты имеют побочные эффекты.

Для того чтобы определить разновидность гастрита и назначить лекарства,

врач-гастроэнтеролог должен провести всестороннее обследование. То есть сделать ЭГДС (распространенное название – гастроскопия), проверить кислотность желудка, сделать рентген, УЗИ, взять анализ крови и провести еще ряд процедур. Только после этого специалист, учитывая возможные противопоказания, возникновение побочных эффектов от лекарств, должен подобрать точную дозировку препарата, а после этого составить график приема лекарств. После этого гастроэнтеролог составит диету на период, с учетом индивидуальной непереносимости продуктов.

2. Гомеопатия

Гомеопатия относится к альтернативным из официально разрешенных наукой методам лечения.

Но гомеопатия до сих пор не имеет современного обоснования, так как ученые пока не поняли, благодаря чему такие методы оказывают лечебное действие.

Сегодня гомеопатию используют в своей практике четверть медиков ФРГ, почти половина английских врачей и треть специалистов во Франции.

Гомеопатия основана на двух определяющих принципах: использование в гомеопатических лекарствах малых и сверхмалых доз действующих веществ и принцип подобия (подобное лечится подобным).

В производстве гомеопатических препаратов используются минералы, растения, металлы, даже живые организмы, а также продукты жизнедеятельности некоторых насекомых и животных. При этом в препараты включаются заведомо ядовитые вещества из растений, отравляющие металлы. Но уникальная технология приготовления гомеопатических лекарственных препаратов делает их безопасными. Ядовитые составляющие присутствуют в малых или сверхмалых объемах. Гомеопатические лекарства производят на специализированных предприятиях и продают в специализированных аптеках.

Гомеопатические лекарства делятся на: на монопрепараты, которые содержат только одно действующее вещество и на комплексные лекарственные средства, которые состоят из нескольких действующих веществ.

Назначать гомеопатические монопрепараты может только прошедший специальную сертификацию врач-гомеопат. Комплексные гомеопатические препараты может и врач общей практики (терапевт). Делается это по обычной схеме. Специалист устанавливает диагноз и выбирает необходимое лекарственное средство.

В гомеопатии всегда учитывается индивидуальность больного. При этом одно и то же гомеопатическое лекарство может назначаться и при разных заболеваниях. Такой принцип назначения лекарств в гомеопатии считается единственно возможным. Он считается вершиной искусства врачевания.

Врачи-гомеопаты считают, что каждый человек уникален, и у каждого организм реагирует на болезнь по-своему. Поэтому врачи-гомеопаты при назначении лекарства ориентируются не на диагноз, а на совокупность симптомов болезни. Для начала они выясняют индивидуальные особенности течения болезни, обращают пристальное внимание на личностные проявления боли и симптомы, которые присущи только этому больному.

Для назначения лекарства такой врач ищет сходство между симптомами заболевания и теми симптомами, которые возникают у здорового человека, который принимает вещества, содержащиеся в гомеопатическом лекарстве в большой дозе.

Также учитывается строение тела и подбирается только один препарат, который подходит и к симптомам болезни, и к индивидуальной конституции пациента.

При этом даже очень опытному гомеопату не всегда удается найти это идеальное средство для больного. И по этой причине, врачи-гомеопаты нередко используют способ двух подобий. А именно: первое подобие – между лекарством и пациентом, второе подобие – между лекарством и заболеванием.

Именно по этой причине нельзя заниматься самолечением при помощи гомеопатических средств. Этот процесс должен контролировать только врач.

Тем не менее, наиболее часто больным хроническим гастритом могут назначать арсеникум альбум (белая окись мышьяка), препарат аргентум нитрикум (нитрат серебра), калиум бихромикум (бихромат калия), белладонну (красавка), сульфур (серу), фосфор, нукс во-мика (чилибуха, рвотный орех).

Арсеникум альбум (белая окись мышьяка)

Это лекарство относится к неметаллам. В значительных дозах арсеникум альбум является ядом. В гомеопатии благодаря технологии приготовления арсеникум альбум служит выздоровлению больных.

Он назначается пациентам, у которых наблюдается затяжное, волнообразное течение гастрита, с периодами ухудшения.

Также это лекарство подходит для длительно болеющих, страдающих общим упадком сил. При приеме данного препарата проявляются характерные симптомы. Например, тошнота, которая может возникать от вида или запаха пищи или повышенная жажда, которую больные утоляют маленькими глотками жидкости. Больные, которым подходит арсеникум, любят молоко, хлеб, алкоголь, но при этом без особого энтузиазма относятся к мясу, овощам и жирной еде.

Часто у таких больных наблюдается аллергия, насморк, астма, дерматит и даже экзема. Гомеопаты считают, что кожные реакции у пациентов могут быть связаны с употреблением мяса. Их часто тошнит и рвет, они страдают от поноса, жгучих болей в подложечной области.

Таким больным от холодной пищи становится только хуже. Также ухудшается самочувствие в холодную погоду и в ночное время суток.

Аргентум нитрикум (нитрат серебра)

Этот препарат, как считают гомеопаты, больше подходит суетливым пациентам, которые быстро едят, плохо пережевывают пищу, из-за чего испытывают отрыжку, чувство дискомфорта в области желудка, вздутие живота, характерные боли, которые уменьшаются при наклонах туловища вперед. Для таких пациентов характерна связь между эмоциональными переживаниями и нарушениями пищеварения.

На выбор этого лекарства могут повлиять жалобы на головокружение, бледность кожи, головные боли, уменьшающиеся от повязывания головы платком.

Симптомы гастрита у такого вида пациентов могут обостряться после употребления сладкого. Для таких людей, считается, что наиболее эффективными являются препараты серебра.

Особенно для лечения худощавых больных со смуглой кожей, которым присуща торопливость, клаустрофобия, страх одиночества, упрямство и беспокойный сон. Также замечены такие симптомы, как пониженная морозоустойчивость и желание постоянно находиться на свежем воздухе.

Антимониум (черная сернистая сурьма)

Этот металл, предназначен, по мнению врачей-гомеопатов при таком симптоме, как белый налет на языке. Кроме того, учитывается сочетание симптомов: кожные проявления и поражение желудка. Под кожными проявлениями имеются в виду высыпания на теле по типу крапивницы, мозоли, угри, бородавки. У таких пациентов наблюдаются приступообразные головные боли наподобие мигрени и понос. Также выявляется связь начала заболевания с охлаждением организма.

Актеа рацемоза (цимицифуга)

Это чаще всего женское средство. Проявления болезни связаны с менструальным циклом. А во время еды состояние пациента улучшается.

Бриония альба (переступень белый)

Данный лекарственный препарат показан в случае постепенного развития заболевания у смуглых худощавых брюнетов, обладающих такими свойствами, как повышенная

раздражительность, обидчивость в сочетании с обязательностью, ответственностью, смелостью в принятии решений.

Для такого больного характерно обострение симптомов гастрита после употребления жирной и обильной пищи. Боли в области желудка больным описываются как колющие. Тошнота у таких больных возникает при перемене положения тела.

Белладонна (красавка)

Препарат может быть использован при обострении хронического гастрита, когда наблюдается ярко выраженная жажда, ощущение сухости во рту. Для больных, нуждающихся в назначении данного препарата, показаниями служат повышенная реактивность, яркая реакция на раздражение, повышенная чувствительность. Такие больные лучше чувствуют себя в покое и тепле.

Калиум бихромикум (бихромат калия)

Назначают препарат в случаях, когда боли появляются сразу после еды, носят жгучий характер, сопровождаются ощущением переполненности желудка, возможны тошнота и рвота. Для назначения данного лекарства характерным поводом служит факт появления болей после употребления пива.

Фосфор

Данный гомеопатический препарат назначают при жгучих болях в подложечной области, сопровождаемых ярко выраженной изжогой и повышенной жаждой. Характерно, что больной предпочитает пить холодную воду.

Типичный признак для назначения фосфора больному хроническим гастритом – приступообразно возникающий ночной голод. Часто такие больные встают и едят по ночам. Также характерны колебания аппетита – от полного его отсутствия до нормы. Препарат больше подходит высоким, худым, сутулым субъектам, для которых типичны повышенная чувствительность к резким запахам, цвету, звуку, прикосновению.

Нукс вомика (чилибуха, рвотный орех)

Это довольно известное гомеопатическое лекарственное средство. Препарат назначают больным, ощущающим спазмы – сжимания внутри живота. Для этих больных характерны чувство тяжести, переполненности желудка, отрыжка горьким и кислым, тяжесть в желудке после еды.

Боли в животе носят так называемый отсроченный характер: имеют отчетливую связь с приемом пищи и появляются спустя час (в среднем) после еды. Типичны чувство тошноты, позывы на рвоту, а также налет на языке беловато-желтоватого цвета. Возможно чередование поносов и запоров, хотя более типичен запор. Как замечено, такие больные являются поклонниками алкоголя и кофе. Если симптомы гастрита обостряются после нервно-эмоционального напряжения или охлаждения, то применение данного лекарства показано.

Подофилл (ноголист)

Лекарство назначают больным с плохим аппетитом, испытывающим отвращение к запаху пищи. При назначении препарата врач учитывает такие симптомы, как возникновение тухлой и кислой отрыжки, урчание в животе, вздутие живота. Лекарство применяют при хроническом гастрите с пониженной секрецией.

Ирис (касатик разноцветный)

Комплексные гомеопатические, созданные на основе ириса назначаются, если больной жалуется на отсутствие аппетита по утрам, на тяжесть после еды в подложечной области, боли жгучего характера, а также на отрыжку кислым и изжогу. Кроме того, могут наблюдаться

тошнота, рвота. Характерно, что боль часто отдает в спину или в левое подреберье.

Сульфур (сера)

Этот препарат врачи-гомеопаты назначают довольно часто, так как он обладает многосторонним действием на разные ткани организма. У страдающих хроническим гастритом сера способствует перевариванию пищи, а также помогает при повторяющейся рвоте.

Комплексные гомеопатические препараты

Гастрikuмель

Препарат оказывает комплексное воздействие на организм, регулируя деятельность не только пищеварительной, но и нервной системы. Лекарство оказывает противовоспалительное, болеутоляющее, спазмолитическое действие, регулирует функционирование желудочно-кишечного тракта.

Препарат может быть использован при любых формах гастрита.

Нукс вомика Гомаккорд

Препарат оказывает противовоспалительное, спазмолитическое и желчегонное действие, регулирует функции пищеварительного тракта.

Мукоза композитум. Препарат содержит вытяжки различных слизистых оболочек, противовоспалительные компоненты и вещества, прицельно воздействующие на органы подложечной области – желудок, поджелудочную железу, кишечник.

Спаскупрель

Оказывает спазмолитическое, обезболивающее, успокаивающее и противосудорожное действие, в связи с чем используется при спастических состояниях желудка и кишечника.

3. Лечебное питание

При лечении гастрита важное значение имеет диетотерапия. Аппетит при гастрите нередко бывает понижен. Поэтому, диета должна быть физиологически полноценной и способствовать развитию приспособительных механизмов пищеварительной системы к изменившимся в связи с болезнью условиям. В период обострения процесса диета наиболее строгая, по мере стихания обострения она расширяется, а в периоде ремиссии питание должно быть физиологически полноценным.

При назначении лечебного питания должны быть учтены такие факторы, как:

- а) период заболевания (обострение или период ремиссии);
- б) состояние секреторной функции желудка (в первую очередь кислотности);
- в) состояние слизистой оболочки (атрофия, гипертрофия).

При хроническом гастрите с сохраненной и повышенной секрецией диета аналогична диете, которая назначается при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Главные принципы этой диеты:

- а) дробный (5–6 раз в сутки) режим питания;
- б) суточное количество поваренной соли не должно превышать 10 г;
- в) приготовление блюд – их варят, готовят протертым виде или на пару;
- г) суточное количество свободной жидкости 1,5 л;
- д) суточное количество белков, жиров и углеводов нормальное: белков – до 100 г, жиров – до 90 г, углеводов – 400 г.

Диета при хроническом гастрите с секреторной недостаточностью.

Такая диета основана на щадящем режиме для слизистой оболочки желудка и химической стимуляции железистого аппарата.

Эта диета может применяться длительное время, потому что является физиологически полноценной.

Основные принципы диеты:

- а) дробный (4–5 раз в сутки) режим питания;
- б) суточное количество белков, жиров и углеводов: белков – до 100 г, жиров – до 90 г, углеводов – 450 г;
- в) суточное количество поваренной соли не должно превышать 10 г;
- г) суточное количество свободной жидкости 1,5 л.

В процессе приготовления блюд разрешается разная кулинарная обработка продуктов, в том числе: обжаривание, отваривание и запекание.

Разрешается есть: белый и серый пшеничный хлеб, несдобные сорта булочных изделий и печенья, неострый сыр, яйца всмятку, омлет, вымоченную селедку, докторскую колбасу, нежирную ветчину, сливочное масло, подсолнечное и оливковое масла, супы на обезжиренном мясном и рыбном бульонах, а также супы на овощных отварах с протертыми овощами и крупами. Также разрешено есть котлеты без корочки из нежирной говядины, телятины и птицы, отварную курицу, рыбные рубленые изделия, пюре из овощей, овощные котлеты без корочки, тушеные кабачки и тыкву, цветную капусту в вареном виде с маслом, салат из помидоров, мелко нашинкованную зелень, котлеты из круп без корочки, каши, пудинги запеченные, макароны и вермишель отварные, пюре, кисели, желе, муссы из сладких сортов фруктов и ягод, мед, сахар, молоко с чаем, творог, простоквашу, кефир, какао и кофе с молоком, отвар шиповника, разбавленные фруктовые и ягодные соки.

При этом надо исключить из рациона: жареные мясо и рыбу, изделия из сдобного теста, молоко в натуральном виде, грибные и другие консервы, сырые овощи и фрукты, газированные напитки, бобовые, черный хлеб, сало, соленья, копчения, маринады, очень горячие, очень холодные блюда.

4. Лечение минеральными водами

Лечебные минеральные воды имеют в своем составе вещества, редко встречающиеся элементы, органические вещества, некоторые тяжелые металлы, радиоактивные вещества, кроме этого в них растворены газы.

Минеральные воды обычно содержат смесь нескольких газов: метан, азот, сероводород, радон, углекислый газ. Кроме того, в минеральных водах обнаруживают до 50 различных микроэлементов.

Лечебные воды имеют определенную щелочную или кислую реакцию. Они оказывают комплексное действие на органы и системы организма: на органы пищеварительного тракта (кишечник, желудок, поджелудочная железа, желчный пузырь, печень), на органы выделения (почки, мочевые пути), на обменные процессы, в первую очередь на водносолевой обмен.

Состав минеральных вод, в зависимости от диагноза болезни и лечебных задач применяется по-разному. Воды используют теплыми или прохладными, с газом или без газа, до приема пищи или после еды, реже их пьют во время приема пищи. Курс лечения, в среднем, составляет 3–4 недели при ежедневном употреблении, но не более 1 месяца. Повторяются эти курсы 2–4 раза в год.

Использовать минеральные воды для лечения следует только после консультации с гастроэнтерологом и под его контролем, поскольку в процессе лечения показатели желудочной (и кишечной) секреции и моторики могут меняться.

Время и технология приема минеральных вод определяются уровнем желудочной секреции:

- при повышенной кислотности желудочного сока (гиперацидное состояние) минеральную воду следует пить в подогретом виде, без газа, за 1–1,5 часа до еды, стараясь осушить стакан воды в 2–3 глотка;
- при неизменной, нормальной, желудочной секреции минеральную воду следует пить за 45 минут до еды;

- при пониженной кислотности желудочного сока (гипоцидное состояние) лечебную минеральную воду пьют прохладной, с газом, чаще за 15 минут до приема пищи или во время еды маленькими глотками (1 стакан).

5. Фитотерапия

Лечение целебными травами также помогает при остром и хроническом гастритах.

Алоэ оказывает ранозаживляющее, противовоспалительное, противомикробное действие, улучшает аппетит, оказывает слабительное и желчегонное действие, повышает иммунитет. Также алоэ может применяться при гастритах и с повышенной, и с пониженной кислотностью.

Аир усиливает желудочную секрецию, улучшает пищеварение. Растение используют в сборах, которые назначаются больным хроническим гастритом с пониженной кислотностью.

Алтей. Его корень относят к так называемым слизям, способным защищать слизистые оболочки от повреждающего воздействия патогенных агентов. То есть, уменьшать воспаление и улучшать естественный процесс восстановления.

Корень алтея рекомендуется при гастрите с повышенной секрецией, а также при эрозивных и язвенных поражениях слизистой оболочки желудка.

Девясил является противовоспалительным, желчегонным, противомикробным и мочегонным, отхаркивающим препаратом. Но однозначного мнения о влиянии девясила на нормализацию кислотности желудка нет.

Вахта трехлистная оказывает противовоспалительное желчегонное действие и усиливает секреторную деятельность желудка.

Зверобой оказывает разнообразное воздействие на желудочно-кишечный тракт. Оказывает действие, устраняющее спазмы. Также улучшает кровообращение, обладает противомикробной и противовоспалительной активностью, оказывает легкий мочегонный эффект, вызывает отчетливое усиление секреции желудка.

Душица оказывает антимикробное, противовоспалительное, желчегонное, болеутоляющее и успокаивающее действия. Стимулирует желудочную секрецию, повышает перистальтику кишечника и общий тонус организма.

Календула содержит большое количество витаминов и оказывает противомикробное, противовоспалительное, желчегонное и ранозаживляющее действие. Ее широко используют при лечении эрозивных и язвенных поражений слизистой оболочки желудка и гастритов.

Лен благодаря наличию слизи в семенах обладает обволакивающим действием и используется при гастритах. Также проявляет болеутоляющий, противовоспалительный, восстановительный эффект.

Капуста белокочанная. Ее сок часто используется народными целителями для лечения болезней желудка. Ученые обнаружили в нем соединение, обладающее противоязвенным действием, которое названо витамином U.

Облепиховое масло способствует заживлению ран, язв. Это подтверждено научными исследованиями. При лечении заболеваний желудка маслом облепихи уровень кислотности существенно не меняется.

Полынь горькая обладает желчегонным эффектом повышает секрецию желудочного сока.

Подорожник имеет противовоспалительный и обволакивающий эффект, обладает слабительным действием. Оказывает также ранозаживляющее, противомикробное и кровоостанавливающее действие. Подорожник применяют при нормальной или пониженной кислотности желудочного сока.

Ромашка содержит соединения, которые обладают спазмолитическим, противовоспалительным, противомикробным действием, имеют ранозаживляющий, желчегонный и обезболивающий эффект. Препарат под названием «Ромазулан», созданный из экстракта ромашки и так называемого азулена – эфирного масла ромашки часто используется официальной медициной.

В тысячелистнике содержатся компоненты, которые оказывают многостороннее воздействие на органы и системы организма. Он используется, как противоаллергическое,

противовоспалительное, противобактериальное, спазмолитическое, регенераторное средство. Тысячелистник вызывает повышение секреции желудочного сока и оказывает кровоостанавливающее действие. Часто используется в комплексном лечении кровотечений. Растение можно применять при гастритах с пониженной кислотностью.

Сушеница болотная благодаря противомикробным и противовоспалительным свойствам, вместе со способностью ускорять заживление ран, используется при лечении эрозивных и язвенных поражений желудка.

Чистотел оказывает противовоспалительное, спазмолитическое, болеутоляющее, бактерицидное, желчегонное действие. Чистотел вводят в состав сборов лекарственных трав, которые назначаются для лечения болезней печени и желчного пузыря, а также заболеваний желудка.

Шиповник содержит аскорбиновую кислоту (витамин С), много других витаминов. Под воздействием биологически активных веществ, содержащихся в составе шиповника, восстановительные процессы в тканях проходят быстрее. Кроме этого, шиповник обладает желчегонным и противовоспалительным действием.

Ятрышник оказывает обволакивающее, противовоспалительное действие. И может применяться при гастритах с повышенной секреторной активностью, при язвенной болезни.

Шалфей обладает противомикробными и противовоспалительными действиями. Его применяют для лечения хронического гастрита с пониженной секрецией желудка.

Сборы растений, используемые при хроническом гастрите с секреторной недостаточностью:

1. Трава полыни.
2. Корневище аира.
3. Плоды тмина.
4. Листья вахты трехлистной.

При пониженной секреторной функции желудка:

1. Большой лист подорожника.
2. Трава мяты перечной.
3. Трава полыни горькой.
4. Цветки ромашки аптечной.
5. Цветки календулы лекарственной.
6. Трава зверобоя продырявленного.
7. Трава шалфея лекарственного.
8. Корни аралии маньчжурской.
9. Корневище аира болотного.
1. Корни аира обыкновенного.
2. Корни одуванчика лекарственного.
3. Трава золототысячника малого.
4. Трава полыни горькой.
5. Листья вахты трехлистной.

При хроническом гастрите с повышенной секреторной функцией используют сборы:

1. Трава зверобоя.
2. Листья подорожника.
3. Трава золототысячника.
4. Трава сушеницы болотной.
5. Трава тысячелистника.
6. Трава горца птичьего.
7. Плоды тмина.
8. Листья мяты перечной.
9. Цветы липы.
10. Корневище аира.

11. Корень солодки.
12. Семя льна.
13. Корневище аира.
14. Плоды фенхеля.
15. Листья мяты перечной.

Чаще всего из лекарственных растений готовят отвары и настои. Отвары и настои отличаются друг от друга способами приготовления и охлаждения.

Настои

Нагревают в течение 15 минут, охлаждают 45 минут. Их готовят из листьев, цветов и травы.

Приготовление настоя: 10 г (1–2 столовые ложки) сбора из измельченных растений или из размельченного растения одного вида поместить в эмалированную, фарфоровую или стеклянную термостойкую посуду, залить 200 мл (один стакан) горячей, предварительно отфильтрованной (кипяченой, родниковой) воды, закрыть крышкой и нагревать на водяной бане (в кипящей воде) 15 минут. Настой охлаждать при комнатной температуре 45 минут, процедить, оставшееся сырье отжать и кипяченой водой довести до объема 200 мл.

Отвары

Нагревают в течение 30 минут, охлаждают 10 минут. Отвары обычно готовят из корней, корневищ, коры, то есть из грубых частей растений.

Приготовление отвара: 10 г (1–2 столовые ложки) сбора из измельченных растений или из размельченного растения одного вида поместить в эмалированную, фарфоровую или стеклянную термостойкую посуду, залить 200 мл (один стакан) горячей, предварительно отфильтрованной (кипяченой, родниковой) воды, закрыть крышкой и нагревать на водяной бане (в кипящей воде) 30 минут. Отвар охлаждать при комнатной температуре 10 минут, процедить, оставшееся сырье отжать и кипяченой водой довести до объема 200 мл.

Хранить готовые настои и отвары можно не более 3 дней в холодильнике.

Настоятельно не рекомендую приобретать лекарственные травы у случайных продавцов. Готовые сборы можно легко приобрести в аптеках или у специалиста-фитотерапевта, имеющего лицензию на профессиональную врачебную деятельность. Во-первых, покупая растительное сырье через официальную сеть, вы получаете определенные гарантии качества продукции. Кроме того, состав сбора (составные части и их соотношение) напечатан на этикетке; там же прописан способ приготовления и приема лекарства, продолжительность курса лечения. Наконец, многие сборы упакованы в удобные для приготовления фильтр-пакеты (их заваривают, как чай). Но если вы захотите самостоятельно собрать и заготовить растения, то сначала познакомьтесь с их подробным описанием, правилами сбора и хранения. Выберите экологически чистое место для сбора. Все это важно для сохранения активно действующих веществ в лекарственных растениях.

6. Апитерапия (лечение медом)

Мед оказывает мощное лечебное воздействие на пищеварительный тракт, но в зависимости от состояния секреторной функции желудка (повышенная или пониженная кислотность желудочного сока) применяется по-разному.

Принимаемый непосредственно перед едой мед способствует усилению выделения желудочного сока и повышению его кислотности. Больным с пониженной кислотностью желудочного сока мед следует принимать перед приемом пищи в холодном виде: 1 столовую ложку меда растворить в 1 стакане прохладной воды.

При повышенной кислотности желудочного сока мед принимайте за 1,5–2 часа до завтрака и обеда и спустя 2–3 часа после легкого ужина.

Единственным противопоказанием к лечению медом является индивидуальная непереносимость продукта.

7. Лечебная гимнастика

Гимнастика смягчает боли и расстройства в работе пищеварительного тракта, а также нормализует работу кишечника и выделение желудочного сока.

Упражнение 1

В терапевтической практике данная техника применяется при хроническом гастрите, заболеваниях поджелудочной железы, печени, желчного пузыря, селезенки, кишечника.

Противопоказания: при пояснично-крестцовом радикулите и смещении позвонков.

Ценность этого упражнения в мощном воздействии на все внутренние органы, оно помогает справиться с диспепсией, запорами, регулирует отделение желчи, а при заболевании легких – мокроты. Упражнение укрепляет мышцы живота, ликвидирует жировые отложения на животе и пояснице. Кроме всего перечисленного выше, упражнение улучшает состояние позвоночника, развивая его гибкость и подвижность.

Примите исходное положение: лягте на спину, смотрите прямо перед собой, руки вытяните вдоль туловища, ладони положите на пол, носки и пятки ног вместе.

Динамическая фаза состоит из трех последовательных и медленных, непрерывных движений.

Техника выполнения: на вдохе поднимите руки вверх и заложите их за голову; на 3 секунды задержите дыхание; максимально расслабьте мышцы рук и начинайте поднимать руки вверх и вперед (голова должна находиться между рук) и, когда они приблизятся к бедрам, приподнимите верхнюю часть корпуса: голова, плечи, верхняя часть спины; сядьте и наклонитесь вперед так, чтобы грудь и голова легли на ноги, а руками обхватите щиколотки (можно большие пальцы ног), тело напоминает складной нож; втяните живот, чтобы увеличить наклон, и задержите дыхание, насколько сможете, расслабьте все мышцы тела; концентрируйте внимание на внутренних органах: желудке, поджелудочной железе, печени, желчном пузыре, селезенке, кишечнике, почках, мысленно поглаживайте их; затем одновременно с медленным, спокойным вдохом через нос плавно поднимите туловище, голову и руки вверх и назад (голова все время находится между руками) и вернитесь в исходное положение.

Периодичность выполнения: в первые 10 дней упражнение выполняйте один раз, в следующие 10 дней – 2 раза, в третью декаду – 3 раза.

Упражнение выполняйте не более 3 раз подряд.

Упражнение 2

Упражнение регулирует работу желудка, оказывает лечебный эффект на всю пищеварительную систему, отводит газы, стимулирует работу почек.

Кроме этого укрепляет мышцы живота, ликвидирует жировые отложения на передней брюшной стенке.

В терапевтической практике рекомендуется при лечении хронического гастрита, запоров.

Примите исходное положение: лягте на спину, руки положите вдоль туловища ладонями вниз, ноги вместе, смотрите прямо перед собой. Дышите через нос, неглубоко, произвольно.

Техника выполнения:

I этап (в быстром темпе)

Прямую левую ногу быстро поднимите вертикально вверх, так же быстро опустите ногу, правая нога лежит на полу, в колене не сгибать, концентрируйте внимание на органах брюшной полости, представьте, как в брюшной полости появляется розово-красный свет, почувствуйте исходящее от него приятное тепло.

II этап (в быстром темпе)

Прямую правую ногу быстро поднимите вертикально вверх, так же быстро опустите ногу, левая нога лежит на полу, в колене не сгибать, концентрируйте внимание на органах брюшной полости, представьте, как в брюшной полости появляется розово-красный свет, почувствуйте

исходящее от него приятное тепло.

III этап (в медленном темпе)

Обе прямые ноги поднимите вертикально вверх, опустите ноги, колени не сгибать, представьте, как в брюшной полости появляется розово-красный свет, почувствуйте исходящее от него приятное тепло.

Периодичность выполнения: в первые 10 дней упражнение выполняйте пять раз, в следующие 10 дней – 2 раза, в третью декаду – 3 раза.

Упражнение выполняйте не более 3 раз подряд.

Упражнение 3

Упражнение помогает отводу газов из кишечника, снимает запоры, устраняет боли в животе и в спине, вызванные нарушениями в работе кишечника. Помимо этого, данная лечебная поза укрепляет мышцы живота, уменьшает жировые отложения на передней брюшной стенке.

В терапевтической практике данная техника применяется в лечении хронического гастрита, при дисфункциях печени и желчного пузыря.

Примите исходное положение: лягте на спину, руки положите вдоль туловища ладонями вниз, ноги вместе, смотрите прямо перед собой.

Техника выполнения: сделайте спокойный медленный вдох через нос, выпячивая при этом живот; задержите дыхание и поднимите правую ногу вверх, согните ее в колене; обхватите голень обеими руками и плотно прижмите бедро к животу, оставайтесь в этом положении несколько секунд; опустите руки – вдоль туловища, ладонями вниз; ногу выпрямите в коленном суставе и (пальцы ног не вытягивайте) одновременно с выдохом через нос опустите ногу в исходное положение; то же проделать левой ногой; проделать упражнение обеими ногами вместе.

Периодичность выполнения: в первые 10 дней упражнение выполняйте один раз, в следующие 10 дней – 2 раза, в третью декаду – 3 раза.

Упражнение выполняйте не более 3 раз подряд.

8. Рефлексотерапия

Рефлексотерапия является способом лечения заболеваний, основывающимся на способности организма к рефлекторным ответам. Принципиально важным является то, что рефлексотерапия – безлекарственный метод лечения болезней.

Рефлекс – это активный ответ какого-либо органа, ткани или всего организма в ответ на раздражение рецепторов организма. Рецепторы – специализированные чувствительные структуры, способные воспринимать раздражители.

Противопоказания к проведению точечного массажа:

- а) воспаленные участки кожи;
- б) открытые раны;
- в) варикозное расширение вен;
- г) кровоподтеки;
- д) места прежних (недавних) хирургических вмешательств.

Подвергаются воздействию активные зоны, участки, точки поверхности тела. Воздействия отличаются по силе, методам, продолжительности. Факторы воздействия на определенные зоны тела человека могут быть механическими, электрическими, термическими, магнитными, световыми, биологическими.

Массаж относится к методам рефлексотерапии, так как его основа – это механическое раздражение рецепторов.

Точечный массаж (акупрессура) относится к древнейшим методам лечения. В его основе – воздействие пальцами на биологически активные точки человека (точки акупунктуры). Последовательность выполнения точечного массажа:

- а) поиск точки,
- б) воздействие на точку,

в) прекращение воздействия.

Как правило, массируемая точка болезненна. Это подтверждает, что с данным органом не все в порядке, есть нарушение в работе органа. Поэтому постепенно, плавно усиливайте давление на точку. Если почувствуете ярко выраженную боль, давление на точку прекратите. В норме следует почувствовать едва ощутимую пульсацию в точке воздействия.

Поиск точки воздействия можно считать выполненным правильно, если при пальпации вы ощутили легкую пульсацию.

Существует несколько основных приемов воздействия на точки:

- а) растирание,
- б) надавливание или разминание,
- в) захватывание или щипок,
- г) вибрация.

Надавливание – это вращательные движения подушечкой одного пальца: сначала медленно и легко, затем быстрее и сильнее.

Вибрация напоминает работу отбойного молотка – быстрые колебательные движения пальцев без отрыва от поверхности. Отнимать массирующий палец от точки следует плавно, медленно.

Продолжительность воздействия на одну точку не должна превышать 1,5 минуты, вся процедура массажа не должна превышать 10 минут.

Массируются точки, расположенные симметрично, – на правой и левой сторонах тела. Так происходит наиболее полное воздействие на пораженный орган.

Для лечения хронического гастрита используется до 10 основных точек акупунктуры. Воздействие на точки выполняется через день или ежедневно, интенсивность воздействия – средняя.

– 4 точки расположены вдоль позвоночника, с правой и левой стороны, на уровне нижних грудных позвонков;

– 2 точки расположены в подложечной области по средней линии;

– 2 точки расположены на верхней конечности: одна – на ладонной поверхности предплечья в нижней его трети, другая – по наружной поверхности предплечья вблизи локтевого сгиба;

– 2 точки расположены на нижней конечности: одна – на передней поверхности верхней части голени, другая – на внутренней поверхности стопы.

9. Лечение по системе Су Джок

На основе классической китайской иглорефлексотерапии профессор Пак Чжен Ву, ученый из Южной Кореи, в XX веке разработал самостоятельный метод рефлексотерапии, названный «Су Джок».

Этот метод можно использовать самостоятельно. Он практически безвреден при неправильном исполнении, а при правильном – эффективен.

Воздействуя на активные точки, расположенные на кистях и стопах, можно значительно облегчить течение заболевания, уменьшить изжогу, снять боли, тошноту, восстановить аппетит.

Принято считать, что большой палец – это голова, указательный и мизинец – руки, средний и безымянный – ноги, ладонь и подошва – туловище.

Желудок расположен под диафрагмой – мышцей, отделяющей грудную полость от брюшной полости. Проекция желудка в соответствии с концепцией Су Джок располагается на ладони.

Лечебное воздействие на желудок можно производить, используя приемы массажа с помощью деревянной палочки, а также с помощью семян растений (рисовые зерна, яблочные косточки).

Техника выполнения: (с помощью деревянной палочки): нажать на область (точку) воздействия и подождать, пока не утихнет появившееся болевое ощущение; вращательными движениями по часовой стрелке и против часовой стрелки массировать точку, нажимая палочкой немного сильнее; воздействовать на точку, пока не исчезнет боль, до появления

ощущения покалывания, легкого зуда, тепла (эти ощущения свидетельствуют, что лечение проводится правильно).

Периодичность выполнения: ежедневно по 3–5 минут через каждые 3–4 часа.

Курс лечения продолжать до ощутимого улучшения самочувствия.

Техника выполнения: (с помощью семян растений) техника выполнения аналогична описанной выше, сразу после появления ощущения покалывания, легкого зуда, тепла зафиксировать на лечебных точках и зонах с помощью пластыря семена растений (продолжительность фиксации – одни сутки);

Периодичность выполнения: через каждые 3–4 часа массируйте точки с помощью прикрепленных пластырем семян растений.

Спустя 24 часа семена замените, процедуру воздействия повторяйте ежедневно по приведенной выше схеме до ощутимого улучшения самочувствия.

Панкреатит

Панкреатит – это тяжелое заболевание, нередко угрожающее жизни человека. Особенно опасен острый панкреатит, который может развиваться настолько быстро, что врачи зачастую не успевают оказать больному неотложную помощь, а в особо тяжелых случаях человек даже не успевает понять, что с ним происходит.

Известны случаи, когда от острого панкреатита умирали прямо за столом во время обильного обеда. Хронический панкреатит намного реже заканчивается летальным исходом, но лишь в том случае, если больной до конца жизни будет придерживаться строгой диеты и полностью откажется от алкоголя.

При лечении панкреатита могут возникнуть сложности, если потребуются хирургическая операция, так как поджелудочная железа располагается за желудком, и это усложняет работу хирургов.

Тем не менее, процент выздоровлений довольно высок благодаря различным методикам своевременной диагностики и лечения панкреатита. Но для этого необходимо как можно более раннее выявление и лечение болезни.

Поджелудочная железа – это крупная железа, которая выполняет внутрисекреторную (эндокринную) и внешнесекреторную (экзокринную) функции. Она выделяет гормоны, которые принимают участие в регуляции белкового, жирового и углеводного обмена, и панкреатический сок, содержащий пищеварительные ферменты.

Она представляет собой удлиненное дольчатое образование розовато-серого цвета. Распологается в забрюшинном пространстве брюшной полости, позади желудка, примыкая к двенадцатиперстной кишке, поперечно на уровне I–II поясничных позвонков.

Размеры поджелудочной железы взрослого человека следующие: ширина – 3–9 см (орган утолщается по направлению к головке), длина – 14–22 см, толщина – 2–3 см. Масса поджелудочной железы составляет примерно 70–80 г.

В поджелудочной железе происходит выработка пищеварительных ферментов.

Различают две основные формы панкреатита: острую и хроническую.

Острый панкреатит – это остро протекающее некротическое воспаление поджелудочной железы с ее последующим переходом к атрофии, фиброзу или обызвествлению. Оно может протекать как воспаление с отеком или сопровождаться нагноением, в некоторых случаях довольно обширным, затрагивающим соседние органы.

На сегодняшний день существует множество различных классификаций острого панкреатита. В их основе лежат следующие признаки:

- а) тяжесть течения заболевания;
- б) степень развития воспалительного процесса;
- в) причины, вызвавшие воспаление, – поражение сосудов, патологии большого дуоденального соска, травмы поджелудочной железы и т. д.;

г) разделение на формы, требующие терапевтического или хирургического лечения, и др.

Острый панкреатит – это серьезный воспалительный процесс в поджелудочной железе с разнообразным вовлечением других региональных тканей или отдаленных систем органов.

Тяжелый острый панкреатит сопровождается недостаточностью органов иногда вместе с местными осложнениями – такими, как некроз, ложная киста или абсцесс. Чаще всего это является следствием развития некроза поджелудочной железы, хотя и больные отечным панкреатитом могут иметь клинические признаки тяжелого заболевания.

Легкий острый панкреатит связан с минимальными нарушениями функций органов и беспрепятственным выздоровлением.

Преобладающим проявлением патологического процесса является отек поджелудочной железы.

Панкреатический некроз – это диффузная или очаговая зона (зоны) нежизнеспособной паренхимы поджелудочной железы, которая, как правило, сочетается с некрозом перипанкреальной жировой клетчатки.

Острая ложная киста – это скопление панкреатического сока, окруженное стенкой из фиброзной или грануляционной ткани, возникающее после приступа острого панкреатита. Формирование ложной кисты продолжается 4 недели и более от начала острого панкреатита.

В России используются различные клинические классификации в зависимости от вида морфологических изменений.

Различают следующие формы острого панкреатита: отечный, некротический и гнойный.

Отечный панкреатит – это интерстициальный панкреатит, сопровождающийся отеком поджелудочной железы. Его, в свою очередь, разделяют на серозный и серозно-геморрагический.

Некротический панкреатит, или панкреонекроз разделяют на две формы: геморрагическую и жировую.

Геморрагический панкреатит характеризуется кровоизлиянием в ткани железы. Жировой панкреонекроз также может быть мелкоочаговым, крупноочаговым, субтотальным и тотальным.

Гнойный панкреатит – при этой форме в поджелудочной железе формируются очаги гнойного расплавления. Его подразделяют на три формы:

- а) первично-гнойный;
- б) вторично-гнойный;
- в) обострение хронического гнойного панкреатита.

Также, острый панкреатит разделяют также и по степени тяжести патологического процесса. Так, выделяют панкреатит легкой, средней, тяжелой степени тяжести, а также молниеносный (крайне тяжелый) панкреатит.

Кроме этого, в зависимости от клиники заболевания, выделяют:

- а) регрессирующий острый панкреатит;
- б) прогрессирующий острый панкреатит;
- в) рецидивирующий острый панкреатит.

Есть еще одна классификация острого панкреатита, основанная на имеющихся осложнениях:

- а) острый панкреатит, протекающий с местными осложнениями (осложнениями в поджелудочной железе);
- б) острый панкреатит, протекающий с внутрибрюшными осложнениями;
- в) острый панкреатит, протекающий с внебрюшными осложнениями. К ним относят отек легких и абсцесс, пневмонию, экссудативный плеврит.

Кроме того, все осложнения панкреатита также классифицируются. Их разделяют на токсические, постнекротические, гнойные и висцеральные. Более подробно они будут описаны ниже.

Причины возникновения панкреатита:

Причины, вызывающие развитие острого панкреатита, могут быть различны. К ним относят:

- а) злоупотребление алкоголем (провоцирует развитие острого панкреатита в 30 % случаев);

б) заболевания желчных путей. Чаще всего острый панкреатит развивается при камнях или песке в протоках железы на фоне острого холецистита, при постхолецистэктомическом синдроме, болезнях желчного пузыря. Болезнь может вызвать воспаление сосочка, через который проток поджелудочной железы соединяется с двенадцатиперстной кишкой;

в) оперативное вмешательство, особенно на органах брюшной полости;

г) эндоскопические манипуляции;

д) различные травмы (особенно тупая травма живота);

е) метаболические нарушения – почечная недостаточность, увеличение количества кальция в сыворотке крови, гипертриглицеридемия, трансплантация почки, а также острая жировая недостаточность у беременных;

ж) инфекционные заболевания – вирусный гепатит, аскаридоз, эпидемический паротит и др.;

з) медикаменты, обладающие доказанным токсическим действием (сульфаниламиды, тетрациклины, эстрогены, тиазидные диуретики, азатиоприн, меркаптопурин, фуросемид, дидазозин и т. д.) или с возможным токсическим действием (салицилаты, парацетамол, эритромицин, метронидазол, метилдофы, нитрофурантоин и др.);

и) нарушение кровоснабжения поджелудочной железы, которое может возникнуть в результате операций на сердце, на фоне системных некротических васкулитов, ромботической тромбоцитопенической пурпуры (заболевание сосудов) и т. д.;

к) другие острые хирургические заболевания органов брюшной полости, например, пенетрирующая язва желудка или двенадцатиперстной кишки;

м) обтурация фатеровой ампулы;

н) раздвоенная поджелудочная железа;

о) злоупотребления жирной и острой пищей. Однако до конца причины развития острого панкреатита не выяснены.

Острый панкреатит может развиваться на фоне нарушений кровообращения, сопровождающихся тромбозами, атеросклерозом сосудов, эмболией, что приводит к нарушению кровоснабжения поджелудочной железы и вызывает воспаление.

При панкреатите происходит увеличение давления в протоке поджелудочной железы, нарушается ее кровообращение, снабжение кислородом, иннервация. Это приводит к тому, что выделяемые органом ферменты выходят за пределы протока, попадают на ткани поджелудочной железы и вызывают их повреждение.

При панкреатите больной, как правило, начинает жаловаться на постоянную тупую или режущую боль, которая по мере развития воспаления становится все более сильной, иногда нестерпимой, вызывающей шок. Болевые ощущения локализуются в правом или левом подреберье. В том случае, если поражена вся железа, пациент может жаловаться на опоясывающие боли.

Боль в левом подреберье чаще всего наблюдаются при поражении хвоста поджелудочной железы, боли по срединной линии указывают на воспаление тела поджелудочной железы, боли справа от средней линии характерны для воспалительного процесса в головке железы. Боли опоясывающего характера являются признаком воспаления всей поджелудочной железы.

Из-за сильной боли больной очень беспокоен, он пытается найти положение, при котором мог бы почувствовать облегчение, но это ему не удается.

По мере того как болезнь прогрессирует, развивается некроз нервных окончаний, из-за чего боль становится менее интенсивной.

Помимо болевых ощущений, возможны метеоризм, тошнота, отрыжка, сухость во рту, частая рвота содержимым двенадцатиперстной кишки, которая не приносит больному облегчения. Рвота может быть неукротимой. Интоксикация и рвота вызывают обезвоживание организма и нарушение водно-электролитического баланса.

Острый панкреатит легкой формы

Боль острая, сопровождается тошнотой, рвота бывает редко. Пульс менее 90 уд/мин, артериальное давление в норме, цвет кожных покровов не изменен, температура тела

нормальная. Живот немного вздут, мягкий, болезненный по ходу поджелудочной железы. При прослушивании отмечается слабость перистальтики. Язык влажный, может быть покрыт беловатым налетом. Общее состояние больного удовлетворительное.

Острый панкреатит средней степени тяжести

Боли более интенсивные, из-за чего больной нередко принимает коленно-локтевое положение. Рвота неукротимая, кожные покровы бледные. Больной имеет испуганное, страдальческое выражение лица, глаза блестят, иногда запавшие.

Температура тела нормальная или субфебрильная. Пульс повышается до 90-120 уд/мин, артериальное давление падает до 100/60/90/50 мм рт. ст. Дыхание становится учащенным и поверхностным. При прослушивании легких слышны сухие и влажные хрипы, перистальтика не прослушивается. Язык сухой. Живот вздут, он резко болезненный в районе расположения поджелудочной железы. Симптом Щеткина-Блюмберга положительный. На коже обнаруживаются участки цианоза в разных частях тела. Количество выделяемой в сутки мочи – менее 1 л. На 3-4-й день в большинстве случаев появляется инфильтрат в эпигастральной области.

При этой форме возможно развитие механической желтухи, дыхательной и почечной недостаточности. Необходимо стационарное лечение.

После купирования болевого синдрома и терапии, направленной на нормализацию дыхания и работы почек, как правило, проводят хирургическую операцию.

Острый панкреатит тяжелой формы

Опасность этой формы заключается в том, что она развивается чрезвычайно быстро, в течение считанных часов. Боль очень сильная и даже эффективные обезболивающие препараты приносят облегчение лишь на короткое время.

Температура тела поднимается до 38 °С, пульс учащается до 120 уд/мин и более, артериальное давление падает ниже 90/50 мм рт. ст. Дыхание учащенное и поверхностное.

Острый панкреатит может развиваться на фоне хронического, но при этом не являться его осложнением. Его следует считать самостоятельным заболеванием.

Чтобы предупредить развитие панкреатита необходимо соблюдать следующие меры:

- а) правильное питание;
- б) сокращение употребления алкоголя;
- в) дыхательную гимнастику;
- г) применение геминов и микрофагов и др.

Даже если человек совершенно здоров, ему не следует употреблять алкогольные напитки в больших количествах. Если же он страдает какими-либо заболеваниями желудочно-кишечного тракта и к тому же злоупотребляет алкоголем, то должен помнить, что находится в зоне риска и в будущем у него может развиваться панкреатит.

Если человек здоров, нет необходимости полностью отказываться от алкогольных напитков. Так, научные исследования показали, что относительно безопасным считается употребление этанола в объеме 210 мл (это соответствует 530 мл водки) в течение недели. Иными словами, в день можно употреблять примерно 75 мл водки, не боясь повредить своему здоровью.

200-400 мл водки, выпитой в течение суток, уже являются серьезным стрессом для организма, даже если человек в течение недели больше не употреблял спиртных напитков. Порция алкоголя, содержащая более 160 мл этанола (что соответствует 400 мл водки и более) и выпитая в течение суток, считается очень опасной для здоровья и неминуемо принесет вред. Как уже упоминалось выше, еще более опасно сочетание алкоголя и жирной пищи.

Приведенные здесь дозы рассчитаны для мужчин. Дозы для женщин составляют половину от указанного объема.

Способы лечения панкреатита

1. Дыхательная гимнастика для предупреждения панкреатита

Дыхательная гимнастика – это оздоровительный метод, эффективный при самых различных заболеваниях. Ее можно применять и для предупреждения панкреатита.

Упражнения можно выполнять в любом положении. Вначале не следует делать более 3–4 повторов. Постепенно в течение 1 месяца нужно увеличить количество повторов до 9. Во время выполнения упражнений необходимо следить за самочувствием: если возникла усталость, недомогание или боли в животе, упражнения следует прекратить.

Упражнение 1

Сделать глубокий вдох, затем выдох. Задержать дыхание и медленно, но сильно втянуть живот и досчитать до 3. Вдохнуть, расслабив мышцы живота.

Упражнение 2

Сделать глубокий вдох, затем выдох. Задержать дыхание и медленно, но сильно надуть живот и досчитать до 3. Вдохнуть, расслабив мышцы живота.

Упражнение 3

Начать делать вдох. Задержать дыхание на 1–2 секунды, стараясь почувствовать, как напрягается диафрагма, затем продолжить вдыхать воздух, при этом слегка выпячивая брюшную стенку. Не закончив вдоха, снова сделать паузу, подождать 3 секунды, в течение которых надувать живот, затем резко втянуть живот и закончить вдох. После этого выполнить выдох, одновременно расслабив мышцы живота.

Упражнение 4

Резко выдохнуть воздух, одновременно сильно втянув живот. Задержать дыхание и досчитать до 4, затем расслабить мышцы живота. Затем выполнить вдох, как можно сильнее надуть живот.

2. Гемин

Еще одним из способов предупреждения панкреатита может быть гемин.

Ученые выяснили, что при воспалении поджелудочной железы на нее воздействуют не только вещества, разрушающие ее ткани, но и макрофаги – довольно крупные клетки мезенхимного происхождения, основной функцией которых является захват и переваривание бактерий, остатков клеток и вообще чужеродных или токсичных для организма человека частиц. Основная часть макрофагов поступает в поджелудочную железу из брюшной полости, и небольшое количество приносится с кровью. Эти клетки активно борются с воспалением поджелудочной железы.

3. Фитотерапия

Средства фитотерапии можно использовать как метод профилактики развития острой и хронической форм панкреатита. В этом случае средства следует принимать в течение 1,5–2 месяцев 2 раза в год. Их же можно пить и при хроническом панкреатите.

При панкреатите хорошо помогают:

1. Отвар бессмертника
2. Чай из календулы
3. Настой полыни

Сбор 1. Смешать 3 части коры крушины, по 2 части травы мяты и крапивы, по 1 части корня аира, одуванчика и валерианы. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 0,5 стакана 2 раза в день утром и вечером.

Отвар стимулирует пищеварение, поэтому противопоказан во время приступа острого панкреатита.

Сбор 2. Смешать по 1 части плодов аниса, травы чистотела, спорыша, зверобоя, фиалки,

корня одуванчика, кукурузных рылец. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день за 30 минут до еды.

Вместо аниса можно использовать семена укропа.

Сбор 3. Смешать по 3 части травы мяты, семян укропа, по 2 части цветков бессмертника и плодов боярышника, 1 часть цветков ромашки. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут через час после еды.

Боярышник понижает давление, поэтому средство противопоказано людям, страдающим от гипотонии.

Сбор 4. Смешать по 2 части цветков бессмертника, травы пустырника и цветков календулы. 1 столовую ложку сбора залить 1,5 стакана кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 0,3 стакана 6 раз в день.

Сбор 5. Смешать 4 части коры крушины, по 3 части травы чистотела, мяты, вахты, корня одуванчика. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 0,3–0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Сбор 6. Смешать 4 части цветков бессмертника, по 3 части цветков ромашки и травы зверобоя, 2 части травы полыни. 1 столовую ложку сбора залить 1,5 стакана кипятка, кипятить 10 минут, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 0,3 стакана 8 раз в день.

Сбор 7. Смешать по 3 части коры крушины и травы крапивы, 2 части травы мяты, по 1 части корня аира и валерианы, травы полыни. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 0,5 стакана 2 раза в день утром и вечером. Отвар эффективен также при склонности к запорам.

Сбор 8. Смешать в равных частях траву череды, девясила и листья мяты. 1,5 столовой ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить на водяной бане 5 минут, настаивать 30 минут, процедить. Принимать по 0,3 стакана 2 раза в день перед едой.

Сбор 9. Смешать по 3 части семян укропа и травы крапивы, по 1 части корней аира, валерианы и травы тысячелистника. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Пить по 1 стакану 3 раза в день через час после еды. Вместо аниса можно использовать семена тмина.

4. Диета

Различают несколько видов диет при панкреатите.

Диета 1. Низкокалорийная диета после приступа панкреатита (рассчитана на 7 дней).

В течение недели калорийность пищи постепенно увеличивается. Употребляется: пюре картофельное, чай с сахаром, кисель, суп рисовый слизистый, каша овсяная, каша гречневая, рыба отварная, пудинг, щи вегетарианские, мясо отварное, каша кукурузная.

Диета 2. После острого приступа панкреатита.

Суточный рацион должен включать 140–150 г белков, 70–80 г жиров, 300–350 г углеводов. Калорийность составляет 2800 ккал.

Пищу следует принимать 4–6 раз в сутки, желательно в одно и то же время. Блюда рекомендуется готовить на пару и дополнительно измельчать или протирать через сито. Горячие и холодные блюда следует исключить. Ограничения по соли нет.

Разрешается есть пшеничный хлеб 1-го и 2-го сорта, подсушенный или вчерашний. Разрешены сухари, печенье. Всего рекомендуется съедать не более 200–300 г хлеба в течение суток. Следует исключить ржаной хлеб. Запрещены пироги, вообще любые изделия из сдобного или слоеного теста.

Полезны любые овощные супы (кроме щей), крупяные (с любой крупой, кроме пшенной), супы с макаронными изделиями и фруктовые. Супы на мясном, рыбном и крепком овощном отваре, а также грибные запрещены. Не следует есть холодные овощные супы (окрошку и т. д.).

Разрешены блюда из говядины, телятины, мяса кролика, курицы, индейки. Следует выбирать мясо нежирных сортов. Его отваривают или готовят на пару, с птицы снимают кожу. Разрешаются различные котлеты, фрикадельки, суфле, пюре, рулет и другие блюда из рубленого мяса, а также отварное молодое мясо куском. Следует исключить все жирные сорта мяса (свинину, утку и т. д.), копчености, консервы, печень, почки, мозги. Из колбасных изделий разрешены только молочные сосиски.

Рыба не запрещена. Нужно выбирать рыбу нежирных сортов, лучше всего речную. Особенно полезны треска, судак, навага, щука, сазан, серебристый хек. Ее можно есть вареной или приготовленной на пару куском или рубленной. Следует полностью исключить все жирные сорта рыбы (севрюга, осетрина, белуга, сом), любую копченую рыбу, консервы, икру в любом виде.

На гарнир разрешается готовить блюда из овощей: картофеля, свеклы, моркови, тыквы, кабачков, цветной капусты, зеленого горошка. Их можно есть вареными, запеченными на пару, в виде пюре, пудингов (без корочки). Вредны блюда из капусты, репы, брюквы, редьки. Не следует также употреблять редис, шпинат, щавель, бобовые, баклажаны, сладкий перец. Запрещены лук и чеснок. Категорически запрещены грибы в любом виде. Не следует есть овощные консервы, сырые овощи.

Разрешаются рисовая, гречневая, манная, овсяная крупы. Из них варят полужидкие каши на воде или с небольшим количеством молока. Перловую, ячневую, кукурузную крупы следует употреблять как можно реже (однако полностью исключать их из рациона нет необходимости).

Разрешены макаронные изделия, домашняя лапша.

Яйца с желтками есть нельзя. Разрешен только белковый омлет. Другие блюда из яиц запрещены. В сутки разрешается съедать до 2 белков яиц.

Из молочных продуктов разрешено молоко, кисломолочные напитки, некислый творог или пудинги из него, голландский сыр. Запрещены молочные продукты повышенной жирности.

Из жиров разрешается растительное масло, например рафинированное подсолнечное или оливковое (10 мл в сутки), или несоленое сливочное (30 г в сутки). Жиры следует добавлять в блюда для улучшения их вкуса. Общее содержание жиров в суточном рационе (учитывая жиры, содержащиеся в блюдах) не должно превышать 70–80 г. В период обострений панкреатита жиры лучше не употреблять. Категорически запрещены свиное сало, говяжий и бараний жир.

Творог рекомендуется готовить самостоятельно, лучше всего из кефира. Покупной творог менее полезен. Сметана не запрещена. Ее можно добавлять в суп или есть с творогом. Суточная норма составляет 30 г.

Из фруктов можно в небольших количествах есть некислые, спелые и мягкие плоды. Разрешены несладкие печеные яблоки. Не следует есть финики, инжир, бананы.

Из сладких блюд разрешены компоты (протертые через сито или взбитые в блендере), кисели, желе. Для их приготовления вместо сахара лучше использовать заменитель. Не следует есть мороженое и шоколад. Варенье, а также кремы и различные сладкие кондитерские изделия противопоказаны.

Из напитков разрешен некрепкий и несладкий чай с лимоном, фруктово-ягодные соки без сахара, разбавленные водой, отвары шиповника и пшеничных отрубей. Кофе и какао, газированные напитки, виноградный сок запрещены. Категорически противопоказаны алкогольные напитки.

Диета 3. После острого приступа панкреатита.

Блюда следует готовить отварными или запеченными. Горячая и холодная пища запрещена. Есть следует не менее 4 раз в сутки, лучше 5 или 6 раз в день.

Хлеб, как и в предыдущей диете, также следует есть вчерашним или подсушенным. Но, кроме пшеничного хлеба, разрешается ржаной и другие сорта хлеба, а также печенье из несдобного теста. Любые свежие хлебобулочные изделия, а также изделия из сдобного или

слоеного теста запрещены. Сладкие кондитерские изделия (торты, пирожные) следует полностью исключить.

Из супов разрешаются овощные и фруктовые, а также молочные с макаронными изделиями. Супы на мясном, рыбном или грибном бульоне противопоказаны.

Мясо можно есть на второе отварным или запеченным после отваривания, а также в виде котлет, фрикаделек и т. д. Разрешается нежирная говядина, телятина, мясо курицы, индейки. Из колбасных изделий можно есть молочные сосиски. Остальные колбасные изделия, особенно копчености, а также жирные сорта мяса (говядина, баранина, свинина, мясо гуся, утки) следует исключить.

Из рыбы следует отдавать предпочтение нежирным сортам в отварном или запеченном виде, а также заливным блюдам. Разрешается вымоченная сельдь, паюсная икра. Жирная рыба, копчености, консервы противопоказаны.

Из овощей разрешаются консервированный зеленый горошек, спелые томаты, некислая квашеная капуста, а также зелень. Допускаются салаты и винегреты. Грибы в любом виде, фасоль, сушеный горох, нут и другие бобовые, а также редис, редька, щавель, шпинат, зеленый лук запрещены. Консервированные овощи следует исключить.

Все острые пряности и приправы – такие, как перец, хрен, горчица, – больным панкреатитом не следует пытаться вводить в рацион даже в том случае, если ремиссия наблюдается в течение длительного времени.

Разрешаются крупы в виде полувязких рассыпчатых каш, пудингов, запеканок. Особенно полезны овсяная, гречневая крупы и рис. Можно есть макаронные изделия отварными или в виде запеканок.

Яйца можно есть в виде белкового омлета или в составе других блюд (с желтком). В последнем случае разрешается включать в дневной рацион не более 1 яйца. Вареные яйца, яичница противопоказаны.

Из молочных продуктов, кроме молока, кефира, творога и сыра, разрешается также сгущенное молоко. Кроме голландского, можно есть любые твердые сыры нежирных сортов.

Разрешаются любые сладкие фрукты и ягоды. Их можно есть свежими или использовать для приготовления компотов, киселей, фруктовых консервов. Кислые ягоды и фрукты, особенно клюква и крыжовник, запрещены.

Из сладостей можно есть варенье и мед. Запрещается употреблять мороженое, шоколад.

Из жиров разрешается растительное и сливочное масло в составе блюд. Общее содержание жиров в суточном рационе не должно превышать 70–80 г. Свиное сало, говяжий и бараний жир, кулинарные жиры запрещены.

Из напитков разрешается чай с лимоном и сахаром, некрепкий кофе с молоком, некислые фруктово-ягодные соки, из овощных соков – томатный. Очень полезен отвар шиповника, пшеничных отрубей. Следует исключить из рациона какао и газированные напитки. Алкоголь противопоказан.

Дневной рацион должен содержать примерно 100 г белков, 75 г жиров и 300 г углеводов. Его калорийность должна составлять 2300 ккал.

Диета 4.

Продукты следует варить или запекать на пару. Тушеные и жареные блюда запрещены.

Разрешается есть вчерашний или подсушенный пшеничный, ржаной или отрубный хлеб (примерно 300–350 г). Разрешаются бездрожжевые и несладкие мучные изделия (печенье, крекеры).

Супы следует варить на овощном бульоне. Суп рекомендуется есть 1–2 раза в неделю. Несмотря на то, что при диабете разрешены супы на слабом мясном, рыбном и грибном бульоне, при панкреатите они противопоказаны. Молочные супы с манной крупой, рисом, лапшой, а также фруктовые супы, разрешенные при панкреатите, напротив, запрещены при сахарном диабете.

Разрешается есть говядину, телятину, мясо кролика, птицы в отварном или заливном виде.

Из колбасных изделий можно есть молочные сосиски, диетическую колбасу (в небольших количествах). Запрещены копчености, свинина, баранина (даже нежирные), субпродукты.

Разрешаются яйца в виде белковых омлетов (не более 2 штук в сутки) или в составе других блюд (не более 1 в сутки). Вареные или жареные яйца запрещены.

5. Лечение минеральными водами

Лечение минеральными водами можно проводить только при хроническом панкреатите в стадии ремиссии при отсутствии болевого синдрома.

Минеральные воды очень полезны. Они не только улучшают состояние поджелудочной железы, но и нормализуют работу всех органов и систем организма, особенно желчевыводящей системы. Однако, для того чтобы лечебный эффект от минеральной воды был как можно более длительным, нужно соблюдать правила лечения минеральными водами:

- а) лечение минеральной водой нужно совмещать с диетотерапией;
- б) воду следует пить теплой или подогретой до температуры 40–50 °С;
- в) воду принимают по 1–1,5, 2 или 3 стакана в день (в зависимости от рекомендации врача) за 30–90 минут до еды;
- г) перед употреблением воду следует дегазировать. Ни в коем случае не следует пить даже слабогазированную воду.

Курс лечения минеральной водой составляет 30 дней, после чего следует сделать перерыв на 2–3 месяца, после чего при отсутствии показаний лечение можно повторить.

Не стоит увлекаться минеральной водой и пить ее больше указанного количества.

При длительном применении минеральная вода может привести к вымыванию или, напротив, к отложению солей в почках и суставах, нарушению кислотно-щелочного баланса организма.

Как правило, 1–2 курса лечения в сочетании с диетой, приемом препаратов, назначенных врачом, и санаторно-курортным лечением достаточно для того, чтобы улучшенное состояние поджелудочной железы поддерживалось в течение года.

Перед тем как проводить лечение минеральной водой, необходимо проконсультироваться с лечащим врачом, который порекомендует наиболее подходящую по состоянию здоровья марку воды.

Виды минеральных вод, рекомендованных при панкреатите:

Боржоми — это углекислая гидрокарбонатная натриевая щелочная минеральная вода. Она добывается в Грузии на территории курорта с одноименным названием. Вода приятна на вкус и прекрасно утоляет жажду. Она полезна не только при панкреатите, но и при заболеваниях желудка и двенадцатиперстной кишки, сопровождающейся повышенной кислотностью, а также желчного пузыря и желчевыводящих путей.

Горячий Ключ — это хлоридно-гидрокарбонатная натриевая минеральная вода средней минерализации. По своему составу она близка к воде Эссентуки.

Она добывается из источника 58, расположенного на территории санатория «Горячий Ключ» неподалеку от Краснодара. Вода может использоваться для лечения не только панкреатита, но и других заболеваний желудочно-кишечного тракта, а также употребляться в качестве столовой.

Дороховская — это сульфатная натриево-кальциево-магниевая минеральная вода. Источник располагается на территории санатория «Дорохово» в Московской области. Вода показана при панкреатите и других заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Способствует улучшению секреторно-моторной деятельности организма, в частности регулирует выделение панкреатического сока.

Эссентуки — это название группы лечебных и столовых минеральных вод. В зависимости от источника, в котором они добываются, воде присваивается соответствующий номер. Все источники располагаются на курорте Эссентуки в Ставропольском крае.

Эссентуки 4 — углекислая гидрокарбонатнохлоридно-натриевая лечебная вода средней

минерализации. Применяется для лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта, в том числе и панкреатита. Нормализует обменные процессы в организме, кислотно-щелочной баланс.

Эссендуки 17 – углекислая гидрокарбонатная натриевая вода повышенной минерализации. Применяется по тем же показаниям, что и Эссендуки 4, иногда вместе с ней.

Ижевская – это сульфатно-хлоридно-натриево-кальциево-магниевая минеральная вода. Она добывается из источника, который расположен неподалеку от курорта «Ижевские минеральные воды» на территории республики Татарстан. Ее назначают при различных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, в том числе и при панкреатите. Также она способствует нормализации обмена веществ. Вода может использоваться и в качестве столовой.

Воды могут использоваться как для питья, так и для ванн. Они наиболее полезны для тех, кто страдает заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

6. Гирудотерапия

При панкреатите, сопровождающемся признаками застоя венозной крови в брюшной полости человека, часто эффективным является лечение гирудотерапией.

Пиявки оказывают лечебное воздействие на железу, присосавшись к телу и поглощая кровь. Они вместе со слюной вводят в человеческий организм, свойственный только им, секрет гирудин, который намного превосходит медицинский гепарин, являясь естественным ингибитором тромбина. Природный ингибитор тромбина превосходит все созданные на данный момент искусственные аналоги, и, попадая в организм, блокирует или замедляет процесс свертывания фибриногена.

Для получения максимального результата от гирудотерапии при панкреатите, пиявок устанавливают в следующих зонах:

а) чуть ниже или выше конца копчика (точки 18/17), а также левее и правее от проекции крестца (20/19);

б) в правом подреберье по проекции печени (точки 5–9);

в) в пояснично-грудной зоне, в целях лечения пиявками панкреатита используются точки на уровне двух последних грудных позвонков (12/11), а также точки, находящиеся слева и справа от них на два пальца (13–16);

г) на переднебрюшной зоне человека, проводящего гирудотерапию, интересуют точки 2/1 и 4/3 в случае основных болей, отдающих в левую половину переднебрюшной зоны.

Но, следует помнить, что лечение панкреатита пиявками по определенным точкам имеет свою специфику. Например, зоны 2 и 1 правильно будет чередовать между собой. Ключевая особенность работы в этих зонах заключается в поиске наиболее болезненной точки, дальнейшее влияние на это место даст наибольший результат. Точки 4 и 3 используются при венозном полнокровии органов брюшины.

В среднем, в течение одной процедуры гирудотерапии, пиявки приставляются максимум 5 раз. На стадии обострения панкреатита, процедура проводится 1 раз в два дня, затем реже – 2/7 дней. Выполнение процедур по указанной методике позволяют добиться:

а) антисклеротического воздействия на поджелудочную;

б) анальгезирующего действия;

в) противовоспалительного действия;

г) проницаемость сосудистых стенок восстанавливается;

д) наблюдается дренирующее действие;

е) противоотечного эффекта;

ж) восстанавливается микроциркуляция органа;

з) ингибируются ферменты железы.

Гирудотерапия, в качестве обособленного метода, при расстройствах поджелудочной железы не используется, а только совместно с другими методами, усиливая их действие. Так, при медикаментозном лечении, гирудотерапия потенцирует дозу назначенных медикаментов.

7. Сокотерапия

Сокотерапия используется и при панкреатите. Для лечения соками при этом заболевании используется морковь. Морковь принадлежит к тем продуктам, которые характеризуются как самые полезные и богатые витаминами и микроэлементами, способствующими полноценному функционированию всех систем человеческого организма.

Морковь при панкреатите часто применяется больными при соблюдении диеты, а также с целью лечения этого недуга, что вызвано таким богатым составом овоща как А, В1, В2, В3, В6, С, Е, К, РР, минеральные соли калия, железа, меди, йода, фосфора, ферментов, фруктозы и глюкозы, каротина.

Но все же при воспалительных процессах поджелудочной железы стоит полностью исключить из меню свежую морковь, поскольку она может вызвать раздражения слизистой. В этот промежуток времени можно есть вареный овощ, который обладает эффективным успокаивающим действием на пищеварительную систему.

Применяется и такой метод лечения панкреатита, который известен далеко не всем больным: взять в одинаковом количестве настой морковных семян, хмеля, пихтовое и касторовое масло и эту смесь положить на кусочек сахара и съесть. Такая терапия считается эффективной при обострении поджелудочной, которая оказывает противовоспалительное и успокаивающее действие.

Морковный сок, разбавленный картофельным в одинаковом количестве, давно стал самым распространенным методом лечения панкреатита. Пить его нужно за 30 минут до еды по 150 мл. Чтобы усилить действие полезных веществ, содержащихся в морковном соке, в него стоит добавить немного растительного масла. Соблюдать такое лечение при панкреатите желательно в течение недели, выдержать перерыв в три дня и опять повторить курс сокотерапии.

Также полезно есть свежую морковь при панкреатите, но ее лучше тереть на терку, а не резать, добавляя при этом растительное масло – оливковое, подсолнечное, льняное, кунжутное, которое усиливает действие витаминов.

Морковный сок при панкреатите желательно пить непосредственно после приготовления, исключив хранение в холодильнике. При всей пользе морковного сока для поджелудочной железы все же не желательно не переусердствовать таким лечением, необходимо ограничить себя употреблением 500 мл сока в день.

При регулярном и систематическом употреблении морковного сока наблюдается улучшение работы поджелудочной, а при соблюдении диеты морковь, входящая в ежедневный рацион питания больного позволит ему навсегда избавиться от панкреатита.

8. Лечение панкреатита нетрадиционными методами

Панкреатит – тяжелое заболевание, требующее лечения методами традиционной медицины. Народные средства можно использовать лишь в качестве вспомогательного средства лечения или поддерживающей терапии.

Лечение острого панкреатита

В период обострения единственным верным решением будет обращение к традиционной медицине. Никакие народные средства не помогут справиться с болезнью. Правда, нетрадиционная медицина предлагает различные способы лечения острого панкреатита, но их можно использовать лишь в качестве дополнительного метода и не в период обострения, а после того, как состояние больного будет стабилизировано в медицинском учреждении.

Лечение хронического панкреатита

Основным методом лечения хронического панкреатита является фитотерапия, которая, в большинстве случаев, помогает значительно улучшить состояние больного.

Овсяной кисель

Овес перебрать, промыть, залить водой так, чтобы она полностью покрывала семена, и поставить в теплое место. Проросшие зерна еще раз промыть, обсушить и смолоть. Из полученной муки приготовить кисель, настаивать его 20 минут. Пить кисель следует свежим.

Настой полыни с ирисом

Смешать в равных частях траву полыни и надземную часть ириса. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1 час, процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

Сбор 1

Смешать в равных частях корни барбариса, девясила и лопуха, траву спорыша, душицы, зверобоя, золототысячника, листья крапивы, почки березы, цветки бессмертника и календулы, плоды кориандра. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 8-10 часов.

Принимать в период обострения по 5–6 столовых ложек, разведенных в 1 л кипяченой воды. Настой пить горячим в течение дня по 0,3 стакана за 30 минут до еды. Курс лечения – 2–3 недели.

После того как рецидив пройдет, принимать по 2 столовые ложки, разведенные в 0,5 л воды. Курс лечения – 1,5–2 месяца. Затем следует сделать перерыв на 2 недели, после чего курс лечения можно повторить.

Сбор 2

Для приготовления киселя 1 л воды довести до кипения. 2 столовые ложки овсяной муки развести небольшим количеством холодной воды и влить в кипящую воду, постоянно помешивая, довести до кипения. Перед употреблением кисель следует хорошо охладить.

Сбор 3

Смешать в равных частях корень одуванчика, траву мяты, зопника, крапивы, полыни, пустырника, репешка, сушеницы и тысячелистника, лист подорожника, цветки ромашки. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 8-10 часов.

Сбор 4

Смешать в равных частях корень калгана, побеги хвоща, траву чистотела, зверобоя, тысячелистника, укропа, плоды шиповника, створки фасоли стручковой. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 8-10 часов.

Принимать так же, как сбор 1.

Сбор 5

Смешать 7 частей цветков бессмертника, 5 частей листьев крапивы, по 4 части травы цикория и листьев черники, по 3 части травы зверобоя и цветков пижмы, по 2 части травы пастушьей сумки, коры крушины, семян льна, 1 часть листьев мяты. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 8-10 часов.

Принимать так же, как сбор 1.

Сбор 6

При похудении и сильной слабости больным хроническим панкреатитом рекомендуется пить настойку родиолы розовой по 20–30 капель 3 раза в день за 30 минут перед едой. Предварительно необходимо посоветоваться со своим лечащим врачом.

Сбор 7

Смешать по 5 частей травы спорыша и цветков бессмертника, по 4 части корня одуванчика, травы зверобоя, семени льна, кукурузных рылец, 3 части травы чистотела, по 2 части листьев мяты, плодов укропа и шишек хмеля, 1 часть корня горца змеиного. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 8-10 часов.

Сбор 8

Смешать 5 частей травы репешка, по 4 части листьев мяты и плодов шиповника, по 3 части травы чабреца, цветков бессмертника и календулы, семян льна, коры крушины, по 2 части цветков ромашки и плодов укропа. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 8–10 часов.

Принимать так же, как сбор 1.

Сбор 9

Смешать в равных частях корни лопуха, девясила, побеги хвоща, траву полыни, зверобоя, сушеницы, череды и шалфея, цветков ромашки и календулы. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане 30 минут, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Курс лечения – 20 дней. Затем следует сделать перерыв на 10 дней, после чего можно повторить курс.

Сбор 10

Смешать по 4 части травы сушеницы и семян льна, 2 части корня аира, 1 часть травы чистотела. 1 столовую ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день.

Курс лечения – 20 дней. Затем следует сделать перерыв на 10 дней, после чего можно повторить курс.

Сбор 11

Смешать 5 частей корня аира, по 4 части корня лапчатки и цветков календулы, 1 часть травы чистотела. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 0,4 стакана 3 раза в день.

Курс лечения – 20 дней. Затем следует сделать перерыв на 10 дней, после чего можно повторить курс.

Сбор 12

Смешать по 2 части травы череды и листьев подорожника, по 1 части листьев брусники и грецкого ореха. 1 столовую ложку залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день.

Курс лечения составляет 25 дней. Затем следует сделать перерыв на 10 дней, после чего курс можно повторить.

Сбор 13

Смешать в равных частях корень лопуха, цветки ромашки, бессмертника и стручки фасоли. 1 столовую ложку залить 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане 30 минут, настаивать 20 минут, процедить и развести кипяченой водой до первоначального объема. Пить по 0,5 стакана 3 раза в день.

Курс лечения составляет 15–20 дней. Затем следует сделать перерыв на 10 дней, после чего курс можно повторить.

Сбор 14

Смешать 5 частей корня алтея, по 4 части травы лапчатки и цветков календулы, 1 часть травы чистотела. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 0,3 стакана 3 раза в день.

Курс лечения – 20 дней. Затем следует сделать перерыв на 10 дней, после чего можно повторить курс.

Сбор 15

Смешать по 2 части листьев брусники и черники, стручки фасоли, по 1 части корня девясила и травы тысячелистника. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, кипятить 2–3 минуты, настаивать 15 минут, процедить. Пить по 0,4 стакана 3 раза в день перед едой.

Курс лечения составляет 20 дней. Затем следует сделать перерыв на 15 дней, после чего курс можно повторить.

Сбор 16

Смешать в равных частях корни лопуха, девясила, побеги хвоща, траву зверобоя, полыни, сушеницы, шалфея и череды, цветки календулы и ромашки. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать 45 минут, процедить и развести кипяченой водой до первоначального объема. Принимать по 0,3–0,5 стакана (в зависимости от веса больного) 3 раза в день.

Курс лечения составляет 21 день. Затем следует сделать перерыв на 10 дней, после чего

можно повторить лечение.

Сбор 17

Смешать в равных частях траву мяты, листья подорожника, цветки календулы и ромашки, кукурузные рыльца. 1 чайную ложку сбора залить 2 стаканами кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать в течение 45 минут, процедить. Принимать по 0,4 стакана настоя, разведенного теплой кипяченой водой до объема стакана, 3 раза в день за 15 минут до еды.

Готовое средство можно хранить в холодильнике в течение 5 дней. Его можно применять и при лечении острого панкреатита.

Сбор 18

Смешать по 5 частей травы горца, цветков бессмертника, по 4 части корней одуванчика, травы зверобоя, семян льна, кукурузных рылец, по 3 части травы земляники и чистотела, по 2 части корня горца, травы почечного чая, шишек хмеля, плодов жостера и фенхеля, по 1 части листьев мяты. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать в термосе 8 часов, процедить. Принимать по 0,5 стакана 4 раза в день.

Сбор 19

Смешать в равных частях траву козлятника, манжетки, донника и череды, листья черники, тутовника, грецкого ореха, березы, земляники, лопуха, мяты и черной смородины, побеги хвоща и брусники, соцветия гречихи, стручки фасоли, семена овса, шишки хмеля, цветки календулы. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1,5 часа, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

При хроническом панкреатите рекомендуется пить цикорий. Его следует заварить, как кофе, и развести молоком в соотношении 1:1.

Средство рекомендуется при хроническом панкреатите, осложненном сахарным диабетом.

Сбор 20

Смешать в равных частях корни, траву и цветки лабазника, траву череды, спорыша, водяного перца, володушка и репешка, листья мяты, подорожника и сены, цветки акации, календулы, ромашки, одуванчика, коровяка и пижмы, семена овса, шишки хмеля, плоды фенхеля. 1 столовую ложку смеси залить 1 стаканом кипятка, настаивать 1,5 часа, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды.

Средство рекомендуется при хроническом панкреатите, обладает желчегонным действием. Противопоказано при приступах острого панкреатита.

Общеукрепляющие и профилактические сборы

Сбор 1

1 столовую ложку листьев черной смородины, 1 чайную ложку цветков календулы, 1 чайную ложку листьев мяты, 2 чайные ложки липового цвета залить 250 мл кипятка, настаивать в течение 30 минут, процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день.

Сбор 2

1 столовую ложку листьев черной смородины, 1 чайную ложку цветков ромашки, 2 чайные ложки плодов черноплодной рябины, 1 чайную ложку травы душицы залить 0,5 л кипятка, настаивать в течение 5–6 часов, процедить. Принимать по 0,25 стакана 2 раза в день за 30 минут до еды.

Сбор 3

1 столовую ложку корней кизила, 1 чайную ложку листьев Melissa лекарственной, 1 чайную ложку листьев мяты, 1 чайную ложку корней валерианы залить 300 мл воды, кипятить на слабом огне в течение 15 минут, настаивать 20 минут, процедить. Принимать по 3 столовые ложки 2 раза в день за 20 минут до еды.

Сбор 4

1 столовую ложку листьев черной смородины, 1 чайную ложку цветков календулы, 1 чайную ложку цветков ромашки аптечной, 1 чайную ложку лимонной цедры, 2 чайные ложки цветков жасмина, 2 чайные ложки травы первоцвета весеннего залить 0,5 л кипятка, настаивать в течение 20 минут. Принимать по 2 столовые ложки 2 раза в день за 2 часа до еды.

Сбор 5

2 столовые ложки цветков липы сердцевидной, 1 столовую ложку листьев черной смородины, 1 чайную ложку цветков бузины черной, 1 чайную ложку коры дуба, 1 чайную ложку цветков терна, 1 столовую ложку плодов каштана конского залить 2 л воды, кипятить на слабом огне в течение 15 минут, процедить. Принимать по 0,25 стакана 1 раз в день за 1 час до еды.

Сбор 6

1 чайную ложку цветков календулы, 1 чайную ложку плодов можжевельника обыкновенного, 1 чайную ложку коры крушины ломкой, 2 чайные ложки цветков бузины черной, 2 чайные ложки травы крапивы двудомной, 1 столовую ложку травы хвоща полевого залить 2 л кипятка, настаивать в течение 20 минут, кипятить на слабом огне 5 минут, процедить. Принимать по 0,25 стакана 1 раз в день.

Язва желудка и двенадцатиперстной кишки

Язвенная болезнь – хроническое заболевание, связанное с разрушением слизистой оболочки желудка или кишечника, характеризующееся образованием язв в слизистой оболочке желудка или двенадцатиперстной кишки. В результате повреждения слизистой обнажаются нижерасположенные слои стенки органа – так и образуется язва.

Различают: язвы пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки.

Язвенная болезнь – это хроническое, возобновляющееся заболевание, склонное к прогрессированию с вовлечением в патологический процесс вместе с желудком и двенадцатиперстной кишкой других органов пищеварения, развитию осложнений, которые могут угрожать жизни больного. В лечении язвы есть место и для народных методов и средств, а именно для лечебных растений. Но основу все равно должны составлять препараты и рекомендации, которые даст лечащий врач. Кроме того для точного диагноза необходимо пройти обследование, чтобы не пропустить более тяжелую патологию.

Для лечения язвы необходимы лекарственные травы с обволакивающими, вяжущими, спазмолитическими, снижающими кислотность, эпителизирующими, противовоспалительными и противомикробными свойствами. Из них готовят следующие сборы, которые можно использовать во время терапии язвенной болезни желудка или двенадцатиперстной кишки: корневища аира, листья вахты, травы донника, зверобоя, сушеницы болотной, чистотела, мох исландский, ромашки цветки; плоды аниса, корневища змеиного горца, травы душицы, яснотки, цветки календулы, листья кипрея, Melissa; соцветия амми зубной, корневища бадана, травы спорыша, золототысячника, дымянки, льна семена, листья и подорожника, и эвкалипта; травы дубровника, пастушьей сумки, руты, чабреца, яснотки, калины кора, листья мать-и-мачехи, перечной мяты, ятрышника клубни, пижмы цветки; дуба кора, калгана и солодки корневища, овса зерна, одуванчика корень, травы горькой полыни, тысячелистника, шалфея, облепихи побеги, лепестки цветков розы; аира корневища, травы птичьего горца, душицы, золототысячника, дымянки, синюхи, яснотки, льна семена, Melissa листья, плоды шиповника; горца змеиного корневища, дуба кора, травы крапивы, зверобоя, пустырника, чистотела, горца почечуйного, ястребинки, семена льна, ромашки цветки, побеги ослы белой; корневища бадана, солодки, листья вахты, кипрея, мать-и-мачехи, мох исландский, травы пастушья сумка, желтокорень, клубни ятрышника, рябины черноплодной плоды, пижмы цветки. Эти сборы употребляют на протяжении всего периода обострения и еще две недели после него.

Язва появляется как результат повышенной кислотности, увеличения содержания соляной кислоты в желудке. Основные факторы, ведущие к этому заболеванию: врожденные и наследственные особенности организма; неправильный режим питания (большие перерывы между приемами пищи, переедание, острая еда, злоупотребление алкоголем и курением); нервно-психические переживания; непереносимость определенных лекарств.

Своим возникновением язвы обязаны либо чрезмерной секреции желудочного сока и

ферментов (хотя у некоторых больных с язвой желудка процессы могут протекать нормально), либо неполноценности слизистой, которая у здоровых людей защищает внутренние органы брюшной полости от эрозии или «самопереваривания». Уменьшение защитных свойств слизистой желудка и кишечника и возникновение предпосылок для образования язв могут быть связаны с продолжительным употреблением некоторых лекарственных препаратов типа аспирина, ибупрофена и кортикостероидов, а также с систематическим злоупотреблением алкоголем и курением. Если процесс образования язв начался, то он продолжается до тех пор, пока не происходит полного разрушения слизистой и мышечного слоя того или иного органа пищеварительной системы.

Причины язвы желудка и кишечника

Появление язвы связано с нарушением нервных и гормональных механизмов, регулирующих секреторную, двигательную функции желудка и двенадцатиперстной кишки, кровообращение в них, питание слизистых оболочек. Образование язвы – лишь следствие этих расстройств. Причинами могут быть отрицательные эмоции, длительные психические перенапряжения, нарушения выработки пищеварительных гормонов. Существует наследственная предрасположенность к возникновению язвенной болезни. Способствует возникновению заболевания неправильный образ жизни, прежде всего нарушение режима питания, чрезмерное употребление острой, грубой пищи, курение, злоупотребление алкоголем. В развитии язвы участвует микроорганизм – хеликобактер.

Симптомы, признаки язвы желудка и двенадцатиперстной кишки

Острая боль, грызущая, постоянная или жгучая в подложечной области или в области желудка, иногда отдающую в спину. Обычно при язвенной болезни желудка боли возникают через 20–30 минут после еды, а при язве двенадцатиперстной кишки характерны боли натощак, затихающие после приема пищи и появляющиеся вновь через 1,5–2,5 ч, а также ночные боли. Язва может сопровождаться тошнотой и рвотой. Иногда возникает изжога. Часто бывают запоры. Язва желудка опасна тем, что может привести к кровотечению, в этом случае появляется черный стул. Возможно также развитие непроходимости пищеварительной системы вследствие образования рубцов и спаек при частых обострениях язвенного процесса. Обострения язвы бывают в весенне-осенний период. Возможны осложнения: кровотечение, прободение стенки органа, сужение привратника желудка и др.

Если язвенную болезнь своевременно не лечить, могут развиваться тяжелые осложнения – желудочное кровотечение, перфорация стенки желудка или кишки, стеноз (сужение) желудка или кишки, появление на месте язвы злокачественной опухоли.

Способы лечения язвы желудка и двенадцатиперстной кишки

1. Медолечение (или апитерапия) при язве желудка и двенадцатиперстной кишки

Медолечение используют при лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Мед растворить в 1 стакане теплой кипяченой воды (утром и вечером 30–60 г, днем 40–80 г), принимать за 1,5 ч до завтрака и обеда и через 3 часа после ужина. Растворенный мед разжижает слизи в желудке, снимает боль, устраняет тошноту, изжогу. Применять при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Спиртовой раствор прополиса и прополисное масло применяют в тех случаях, когда общее лечение было неэффективным, а хирургическое – не показано.

Спиртовой раствор: 10 г измельченного прополиса заливают 100 мл спирта ректификата и

взбалтывают, ставят на холод на 2 ч и фильтруют через бумажный фильтр.

Принимают внутрь по 15–20 капель на воде, кипяченом молоке или 0,5 %-ном новокаине, 3 раза в день за 1–1,5 часа до еды, в течение 18–20 дней. При необходимости курс повторяют через 1–2 недели.

Прополисное масло: 10 г измельченного прополиса смешивают со 100 г разогретого на водяной бане несоленого сливочного масла. Экстрагирование прополиса проводят путем подогревания смеси на водяной бане в течение 5–10 мин, после чего ее фильтруют в горячем состоянии через один слой марли, постоянно помешивая. При экстрагировании прополиса не рекомендуют доводить смесь до кипения.

Принимают внутрь по 1 ч. л. на подогретом молоке 3 раза в день за 1–1,5 ч до еды. Длительность курса лечения та же. Использование прополисного масла противопоказано при заболеваниях печени.

Нужно строго соблюдать дозировку: большие дозы могут вызвать уменьшение аппетита, снижение общего тонуса, вялость, увеличение лейкоцитов в крови.

Мумие при язвенной болезни желудка, кишечно-желудочного тракта, органов пищеварения принимать внутрь желательно натошак, 1–2 раза в день утром и вечером перед сном в течение 25–28 дней – 1 курс лечения и повторный – через 10 дней (при запущенной стадии заболевания). Необходимое количество мумие для единовременного употребления — 0,2–0,5 г в зависимости от веса тела: до 70 кг – 0,2 г, до 80 г – 0,3 г, до 90 г – 0,3–0,4 г, более 90 кг – 0,4–0,5 г.

Разводить желательно в молоке (1:20), можно в воде, добавить по вкусу мед, либо чередовать с разведением мумие соками (виноградным, огуречным), отварами петрушки, черники, тмина, с желтками яиц.

В период лечения необходимо соблюдать диету и умеренность в пище. Алкоголь противопоказан.

Растительное масло, лучше подсолнечное или арахисовое, в количестве 1 ст. л. набрать в рот и сосредоточить в передней его части. Затем масло нужно сосать, как конфету или соску, в течение 15–20 мин. Глотать масло ни в коем случае нельзя! Для ускорения лечения процедуру повторить несколько раз в день.

В качестве помощи при лечении язвенной болезни и даже рака применяют сырой свежий морковный сок. При этом очень важно, чтобы были полностью исключены из диеты в любом виде сахар, крахмал и мука. Пьют от 1 до 2-х л в день на протяжении нескольких месяцев. Сок способствует улучшению аппетита и пищеварения.

Для заживления язвы назначают препараты, нейтрализующие и снижающие секрецию желудочного сока. В целях уничтожения инфекции могут использоваться антибиотики. Важное значение для успешности лечения язвы желудка и двенадцатиперстной кишки имеет отказ от табака, алкоголя, кофеина и пищи, вызывающей раздражение, наряду с устранением стресса. Стресс, как показывают исследования, не является причиной язв, но может затягивать процесс заживления и усугублять течение уже имеющихся расстройств. Если язвы не поддаются консервативному лечению или возникает угроза сильного кровотечения, встает вопрос о хирургическом удалении пораженного участка желудочно-кишечного тракта.

В период обострения язвы лечение проводят в стационаре. В первые недели лечения важен режим, обеспечивающий отсутствие нервных и физических нагрузок. Питание при язве должно быть дробным и частым (4–6 раз в сутки), необходима щадящая диета. Используется физиотерапия (УВЧ-терапия, грязелечение, парафиновые и озокеритовые аппликации). При приступах боли в первую очередь назначают спазмолитические и антацидные (снижающие кислотность) средства. Как правило, в схему лечения язвы включаются антибактериальные препараты.

Важной частью защиты организма от бактерии, вызывающей язву желудка, – *Helicobacter pylori* – является специальный белок в выстилке желудка. С помощью этого открытия можно объяснить, почему бактерия сильнее поражает некоторых людей.

Белок под названием MUC1, обнаруженный в выстилке желудка, важен для защиты

организма против бактерии. Под большим увеличением MUC1 выглядит как дерево, переросшее мелкий кустарник на поверхности желудка. Так как MUC1 выше, чем остальные структуры на поверхности клетки, *Helicobacter pylori* легко присоединяется к белку и редко добирается до самой клетки, чтобы инфицировать ее.

2. Народные средства для лечения язвенной болезни

Рецепт 1.

Взять стеклянную банку, заполнить ее мелко нарезанной травой зверобоя и залить оливковым маслом. Поставить банку в небольшую, но достаточно высокую кастрюлю и налить в нее воды вровень с содержимым банки. Эту кастрюлю поместить в большую емкость, тоже с водой, и поставить на огонь. Варить в течение 6 часов, добавляя воду по мере ее выкипания до прежнего уровня. Готовое лекарство процедить. Хранить в прохладном месте. Принимать по 2 столовых ложки за полчаса до еды. Применять при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Рецепт 2.

Выжмите сок из 2 кг свежей капусты, для улучшения вкуса добавьте к нему в пропорции 3:1 сок сельдерея, который так же, как и капуста, обладает антиязвенным действием. Вместо него можно добавить к капустному несколько столовых ложек томатного, ананасного или лимонного сока. Смесь храните в холодном месте и пейте ежедневно по 250 мл утром натощак. Курс лечения: 3 недели.

Рецепт 3.

Столовую ложку семян подорожника большого заварить 1/2 стакана кипятка и настаивать 30 минут. Принимать по 1 столовой ложке за 30 минут до еды 3 раза в день.

Смешайте 0,5 кг меда, 0,5 л оливкового масла, сок 2 лимонов (или 50—100 мл яблочного уксуса). Приготовленную смесь храните в холодильнике в плотно закрытой посуде. Перед приемом смесь хорошо перемешайте деревянной ложкой. Принимайте при язве желудка и двенадцатиперстной кишки и при болезни печени по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30—40 минут до еды. Это очень эффективное средство при желудочных заболеваниях. Желудочные боли обычно прекращаются на 4—5-й день. Курс лечения можно повторить через 3—4 недели. Одновременно с предложенным лечением рекомендуется съедать по 5—6 штук ядер грецких орехов. Ежегодно в конце осени и в начале зимы и весны лечение необходимо повторять.

Рецепт 4.

1 кг сливочного масла довести до кипения в эмалированной посуде, снять с огня, положить 150 г мелко нарезанного прополиса и перемешать до полного его растворения. Принимать за 1—1,5 часа до еды по 1 чайной ложке. Курс лечения: 3—4 недели.

200 г измельченного прополиса настоять на 100 мл 70 %-ного спирта в течение 3 суток при комнатной температуре. Бутылку периодически встряхивать, настойку процедить. Принимать по 20 капель с теплой водой 2—3 раза в день за час до еды.

Рецепт 5.

Разводить мумие в молоке (1:20), добавив по вкусу мед. Можно разводить мумие огуречным соком или желтками яиц. Принимать утром натощак и на ночь. Курс лечения: 1 месяц. Дозировка по отношению к весу больного: до 70 кг – 0,2 г мумие; до 80 кг – 0,3 г; до 90 кг – 0,3—0,4 г; более 90 кг – 0,4—0,5 г. Во время лечения мумие категорически запрещены спиртные напитки.

Принимают отвар или настой корневища аира болотного по 1 столовой ложке 3 раза в день или настойку по 20—30 капель 3 раза в день.

Рецепт 6.

В 3 л кипящего березового сока опустите 50 г сухих цветков календулы, варите, накрыв крышкой, на слабом огне 10 минут. Настаивайте отвар, укутав, 12 часов, затем процедите. Добавьте 200 г меда, тщательно размешайте и поставьте в холодильник. Этот напиток полезен при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах, заболеваниях сердца, сопровождающихся сердцебиением, одышкой, отеками, при гипертонической болезни первой

и второй степени, при болезнях печени, в качестве успокаивающего средства при бессоннице.

Рецепт 7.

50 г березовых почек настаивают в 0,5 л водки в течение 10 суток. Принимают по 1 чайной ложке с водой 3 раза в день за 15–20 минут до еды.

Рецепт 8.

2 столовые ложки измельченных корней сельдерея пахучего залить 200 мл холодной воды, настоять 2 часа и процедить. Пить по 70 мл 3 раза в день до еды. Употребление такого настоя благодаря содержанию в нем слизи полезно при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Рецепт 9.

Сок лука репчатого с водой пить за 30 минут до еды при язве желудка.

1/2 стакана пропущенных через мясорубку листьев алоэ смешать с 1 стаканом сахарного песка

(или 3/4 стакана меда) и настоять в темном месте 3 дня. Добавить к смеси 1 стакан натурального красного вина и выдержать в темноте еще сутки. Принимать по 1 столовой ложке 2–3 раза в день перед едой в течение 1–2 месяцев. Применять при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, диспепсии, катарах желудка, плохом пищеварении (атонии кишечника).

Принимать по 1 чайной ложке облепихового масла 3 раза в день перед едой в течение 3–4 недель. В первые 3–4 дня усиливается изжога и появляется кислая отрыжка. Чтобы предотвратить эти неприятные ощущения, в облепиховое масло перед употреблением добавляют 1/4 стакана 2 %-ного раствора соды и хорошо взбалтывают. При систематическом приеме внутрь облепихового масла уменьшаются или совсем исчезают боль, изжога, отрыжка. На кислотность желудочного сока масло существенного влияния не оказывает.

Рецепт 10.

Язву желудка лечат спиртом (или водкой). Выпить натощак 50 мл спирта (или водки), а через 15 минут съесть 15 г сливочного масла и сырое яйцо; после этого в течение 30 минут никакой пищи не принимать. Курс лечения: 2 недели.

Рецепт 11.

Съедать по кусочку листа алоэ величиной с вершок (4,4 см) 2 раза в день натощак, за 20 минут до еды. Можно просто хорошо разжевать лист, сок проглотить, а волокно выплюнуть. Курс лечения: 3 месяца. Затем сделать месячный перерыв и, если язва еще не зарубцевалась, продолжать лечение.

Рецепт 12.

Смешать 0,5 кг меда, 0,5 кг сливочного масла и 200 г перегородок грецкого ореха, предварительно измельченных в порошок. Эту смесь принимать натощак при язве желудка.

Рецепт 13.

Свежий сок смородины черной пить по 2–3 рюмки 3 раза в день. Рекомендуют при болезнях кишечника как средство, регулирующее его деятельность, при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах с пониженной кислотностью желудочного сока.

Приготовить настой из расчета 1 столовая ложка травы горца перечного на 2 стакана кипятка (суточная норма). Пить при внутренних кровотечениях и язвенной болезни желудка.

Рецепт 14.

Столовую ложку сухих корней лопуха залить 400 мл кипятка, настоять в течение 2 часов и процедить. Пить горячим по 100 мл 2–4 раза в день. Применять как противовоспалительное средство при язвенной болезни желудка. Можно использовать также и отвар из корней лопуха.

Рецепт 15.

20 г цветков календулы лекарственной залить 200 мл кипятка, настоять и процедить. Пить по 100 мл 3 раза в день в промежутках между едой. Наилучшие результаты наблюдаются при применении календулы в сочетании с ромашкой и тысячелистником. Применять при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колитах, энтероколитах как очищающее, противовоспалительное и дезинфицирующее средство.

Рецепт 16.

Столовую ложку плодов шиповника залить 400 мл кипятка и настаивать в термосе в течение суток. Пить по 100 мл 2–3 раза в день перед едой при язве желудка и других болезнях желудка.

Рецепт 17.

5 г корней горца змеиноного заварить 200 мл кипятка, приготовить отвар и пить по 100 мл 2–3 раза в день. Применять как сильное вяжущее и кровоостанавливающее средство при внутренних кровотечениях, в том числе при язве желудка или двенадцатиперстной кишки.

Рецепт 18.

1–2 столовые ложки истолченных плодов софоры японской (10 г) залить 0,5 л водки. Настаивать в теплом месте 10 дней, изредка взбалтывая. Принимать по 30 капель 3 раза в день до еды при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, при внутренних кровотечениях.

Рецепт 19.

Корни одуванчика лекарственного, девясила высокого, цикория, траву пастушьей сумки смешать поровну. Столовую ложку измельченной смеси залить 1,5 стакана холодной воды, настаивать 1,5 часа, кипятить 10 минут, процедить. Принимать по 2 столовых ложки 2–3 раза в день перед едой.

Рецепт 20.

Корни алтея лекарственного, корневище пырея ползучего, корни солодки голой, цветки зверобоя смешать поровну. Десертную ложку измельченной смеси залить 2 стаканами кипятка, настаивать 8 часов. Пить на ночь с медом.

Рецепт 21.

Свежие листья подорожника вымыть, нарезать, намять. Выжать из них сок, смешать с равным количеством меда и варить 20 минут. Принимать по 2–3 столовых ложки в день. Хранить в хорошо закрытой посуде в прохладном месте. Применять при желудочно-кишечных заболеваниях, гастритах, язве желудка и двенадцатиперстной кишки, энтеритах, энтероколитах, колитах.

Рецепт 22.

Корень солодки голой и алтея лекарственного, цветки ромашки аптечной, семена фенхеля обыкновенного, корневище пырея ползучего смешать поровну. Две чайные ложки смеси залить стаканом воды, прокипятить 20–30 минут, настоять 20 минут и процедить. Принимать по стакану утром и вечером.

Клубни картофеля дважды пропустить через мясорубку или натереть на терке, мезгу выжать через марлю. Сок хранить в холодильнике. Принимать по 1/2—1/3 стакана перед едой утром и в обед. Курс лечения: 2–3 недели.

Рецепт 23.

При лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки рекомендуется в течение 2–3 недель при изжоге принимать на кончике ножа 3–4 раза в день порошок из корневища аира болотного.

Рецепт 24.

Смешать препараты в указанных пропорциях: трава пастушьей сумки и золототысячника малого, кора крушины ломкой – по 3 части; цветки ромашки аптечной, лист мелиссы лекарственной, цветки лаванды настоящей и одуванчика лекарственного – по 1 части. Столовую ложку смеси проварить в 200 мл воды 5–7 минут, процедить. Принимать по стакану 2–3 раза в день.

При болях в желудке

Рецепт 1.

При болях в желудке, отрыжке и густо обложенном белым налетом на языке рекомендуется провести курс лечения настоем из листьев будры плющевидной (столовую ложку травы заварить в термосе стаканом кипятка – суточная доза).

Рецепт 2.

Хорошим болеутоляющим и обволакивающим средством является семя льна обыкновенного

(2 столовые ложки заварить в термосе 0,5 л кипятка). Принимать настой по 1/2 стакана 3–4 раза в день до еды.

Рецепт 3.

Корень солодки голой – 30 г, корень алтея лекарственного – 30 г, трава чистотела большого – 15 г. Столовую ложку смеси заварить в стакане кипятка и процедить. Принимать 2–3 раза в день.

Рецепт 4.

Траву череды трехраздельной, чистотела большого, зверобоя продырявленного, подорожника большого соединить поровну. Столовую ложку смеси залить 200 мл кипятка, настаивать, укутав, 2 часа, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день за час до еды или через 1,5 часа после еды.

Рецепт 5.

Настой чаги (березового гриба), который можно приготовить в домашних условиях. Для этого залейте чагу горячей водой (температура не выше 50–60 °С) и настаивайте 4 часа. Затем размоченные куски пропустите через мясорубку или натрите на мелкой терке. На каждую часть измельченной массы добавляйте 5 частей горячей воды (не выше 50–60 °С) и настаивайте 48 часов при комнатной температуре. Жидкость слейте, а остаток чаги тщательно отожмите через многослойную марлю. К полученной жидкости добавьте воду, в которой начинали готовить настой. Принимайте это средство не менее 3 стаканов в сутки ежедневно перед едой.

3. Диета при язвенной болезни

Диетическое питание направлено на создание наиболее благоприятных условий для заживления язвы и является одним из главных методов лечения язвенной болезни. Это достигается назначением щадящих в механическом, термическом и химическом отношении диет.

Наиболее строгий режим питания нужно соблюдать в период обострения язвенной болезни. Из рациона исключаются: грубая пища (жареные блюда, овощи и фрукты, содержащие грубую растительную клетчатку, – огурцы, капуста, крыжовник, финики; продукты, богатые соединительной тканью, – жилистое мясо, кожа птицы и рыбы, сало и т. д.), горячая и холодная пища, соленья, копчености, маринады, газированные напитки, кофе, какао, горчица, лук, хрен, перец, уксус. В период обострения болезни следует начинать с наиболее щадящей диеты (в течение 10–15 дней), которой предусмотрено введение пищи в жидком или желеобразном виде. Затем на 10-й-14-й день назначают диету, в которой пища дается в полужидком (кашицеобразном, пюреобразном) виде, с последующим переходом на максимально щадящую диету (в протертом виде). Разрешаются сливочное масло, молоко, сливки, сметана, яйца всмятку, пюреобразная говядина, рыба, протертая рисовая и манная каши, овощные пюре, протертые супы, кисели, чай.

Облегчения состояния желудка достигают также за счет частого (5–6 раз в сутки) дробного питания. Следует уменьшить энергетическую ценность рациона в начале лечения, ограничив потребление углеводов пропорционально снижению энергозатрат (постельный режим).

На диете больной должен находиться до полугода. Но при хорошем самочувствии через 2–4 месяца разрешается пища в не протертом виде с добавлением сырых фруктов и овощей. Затем постепенно переходят к рациональному питанию, ограничивая грубую, пряную, слишком горячую и холодную пищу. Существует мнение, что частое употребление лука и чеснока предупреждает появление язвы в желудке, поэтому рекомендуют каждый день съедать 1 луковицу и 1 дольку чеснока.

4. Народные средства и методы лечения язвы двенадцатиперстной кишки

Рецепт 1.

Взбить один белок свежего яйца с одной чайной ложкой сахарной пудры и столовой ложкой оливкового масла. Десять дней подряд каждое утро натощак принимать по одной столовой ложке этой смеси.

Рецепт 2.

Сок капусты белокочанной принимать по одной трети стакана три раза в день перед едой для профилактики гастрита и язвенной болезни. Курс лечения – 2–3 недели.

Рецепт 3.

Настой плодов калины: 1–2 столовые ложки ягод калины растереть в ступке, постепенно залить стаканом кипятка. Настаивать в течение четырех часов, процедить. Принимать внутрь 3–4 стакана в день при язвенной болезни.

Рецепт 4.

Настой разных трав: смешать по 30 граммов толченых плодов шиповника, семян укропа огородного, по 10 граммов цветков календулы лекарственной, побегов хвоща полевого, травы сушеницы болотной, цветков ромашки аптечной, лепестков розы белой, по 20 граммов травы репешка обыкновенного, травы полыни полевой, по 40 граммов травы зверобоя продырявленного, листьев подорожника большого и 70 граммов цветущих верхушек тысячелистника обыкновенного.

Одну столовую ложку этой смеси залить половиной литра кипятка, томить полчаса, процедить. Принимать слабогорький настой по полстакана четыре раза в день за 15–20 минут до еды при затянувшемся гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Рецепт 5.

Настой разных трав: смешать и тщательно измельчить взятые в равных количествах корень алтея, цветки ромашки, цветки календулы, корень солодки, траву зверобоя, цветки бессмертника, траву тысячелистника, кору дуба, траву пустырника и траву сушеницы болотной. Одну столовую ложку этой смеси залить одним стаканом воды, держать на водяной бане 15 минут. Настаивать 45 минут, процедить, довести объем настоя кипяченой водой до одного стакана. Пить по 0,5 стакана за полчаса до еды три раза в день при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с гиперсекрецией.

Рецепт 6.

Настой разных трав: смешать и тщательно измельчить взятые в равных количествах листья подорожника, траву полыни, мяты перечной, цветки ромашки, цветки календулы, траву зверобоя, корень аира, траву шалфея, корень одуванчика, корень оралаии. Одну столовую ложку этой смеси залить одним стаканом воды, держать на водяной бане 15 минут. Настаивать 45 минут, процедить, довести объем настоя кипяченой водой до одного стакана. Принимать по 0,5 стакана за полчаса до еды при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки с пониженной секрецией.

Рецепт 7.

Настой разных трав: смешать 10 граммов травы золототысячника, 10 граммов плодов фенхеля и 30 граммов листьев мяты. Одну столовую ложку этой смеси залить одним стаканом кипятка. Настаивать 20 минут. Принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день до еды при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

2 – 3 недели пить натощак утром 2 сырых яйца и перед обедом по 100 г напара чистотела. Травы надо брать до половины сосуда мелко нарезанной (вместе с корнем) и заполнять сосуд кипятком. На ночь не принимать. Если трава сухая, сосуд наполнять до 1/3.

Рецепт 8.

40 г сухого прополиса заливают 100 г 70 %-ного спирта и настаивают эту смесь, затем фильтруют. К раствору добавляют спирта столько, чтобы получился 4 %-ный раствор прополиса, пить по 20 капель с молоком за 1,5 часа до еды 3 раза в день.

Рецепт 9.

Заварить 1,5 столовой ложки сухой ромашки в фарфоровой чашке, накрыть блюдцем, укутать, настоять 20 минут. За это время сделать очистительную клизму теплой водой. Отвар процеженной ромашки (температурой 37 градусов) набрать в спринцовку и ввести в заднепроходное отверстие. После этого лечь на бок и подождать, пока не всосется. Если не

получится с первого раза, попробуйте еще. Отвар ромашки должен полностью всосаться. Изнурительные боли сразу отступают. Эту процедуру делают каждый вечер, а при возможности – несколько раз в день. Таким способом можно заодно вылечить и геморрой.

Рецепт 10.

1 столовую ложку чистотела заварить 1/2 стакана кипятка, настоять 30 минут и процедить. Пить по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Рецепт 11.

Чистотел вместе с корнем хорошо вымыть, мелко порезать, положить в сосуд до его половины, заполнить сосуд кипятком, настоять 1 час, процедить. Пить 2–3 недели по 1/2 стакана натошак утром и днем.

Рецепт 12.

Используются также свежий томатный сок, облепиха, софорин. Залечивают язвенные поражения желудочно-кишечного тракта лимон с медом, мята перечная.

Рецепт 13.

При лечении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки рекомендуется в течение 2–3 недель (при изжоге) принимать на кончике ножа 3–4 раза в день порошок корневища аира болотного.

Лечение болей в желудке при язвенной болезни

Рецепт 1.

При болях в желудке, отрыжке и густо обложенном белым налетом языке рекомендуется лечиться настоем листьев будры плющевидной (столовую ложку травы заварить в термосе стаканом кипятка – суточная доза).

Рецепт 2.

Хорошим болеутоляющим и обволакивающим средством является семя льна обыкновенного: 2 столовые ложки заварить в термосе 0,5 л кипятка. Принимать настой по 1/2 стакана 3–4 раза в день до еды.

Рецепт 3.

Настой листьев и почек березы повислой: 1 столовая ложка листьев или 0,5 чайной ложки почек на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день до еды.

Рецепт 4.

Отвар корневищ или травы аира болотного: 1 чайная ложка сырья на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 1 час, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день.

Рецепт 5.

Отвар корневища алтея лекарственного: 1 столовая ложка сырья на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1–2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

Рецепт 6.

Отвар корневищ девясила высокого: 1 чайная ложка сырья на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут, процедить. Принимать теплым по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

Рецепт 7.

Отвар листьев ежевики сизой: 1 столовая ложка сырья на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут, процедить. Принимать горячим, можно 0,5 стакана 3–4 раза в день до еды.

Рецепт 8.

Отвар земляники лесной: 1 столовая ложка травы на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день до еды.

Рецепт 9.

Настой зверобоя продырявленного: 1 столовая ложка цветков на 1 стакан кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 0,25 стакана 3 раза в день до еды.

Рецепт 10.

Отвар кизила обыкновенного: 1 столовая ложка плодов на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 0,25 стакана 3 раза в день до еды.

Рецепт 11.

Настой золототысячника зонтичного: 1 чайная ложка травы на 1 стакан кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день до еды.

Рецепт 12.

Отвар кровохлебки аптечной: 1 столовая ложка корневища на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3–4 раза в день до еды.

Рецепт 13.

Настойка лапчатки прямостоячей: настоять корневище на 40 %-ном спирте (1:5) в теплом месте 2 недели, процедить. Принимать в разбавленном виде по 20–40 капель на 0,25 стакана кипяченой воды 3 раза в день до еды.

Рецепт 14.

Отвар лопуха большого: 1 столовая ложка корней на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 1 час, процедить. Принимать по 0,25 стакана 3 раза в день до еды.

Рецепт 15.

Отвар любистока лекарственного: 1 чайная ложка корня на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды.

Рецепт 16.

Отвар мать-и-мачехи: 1 столовая ложка цветков и листьев на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 1 час, процедить. Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день до еды.

Рецепт 17.

Отвар можжевельника обыкновенного: 1 десертная ложка хвои, шишкочагод на 1 стакан воды, кипятить 5 минут, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1–2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

Рецепт 18.

Настой календулы: 1 столовая ложка цветков на 1 стакан кипятка, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 0,25 стакана 3 раза в день до еды.

Рецепт 19.

Отвар овса посевного: 2 столовые ложки зерна на 1 стакан воды, кипятить 10 минут, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 0,25—0,5 стакана 2 раза в день до еды.

Рецепт 20.

Отвар окопника лекарственного: 1 столовая ложка корней (порошка) на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды.

Рецепт 21.

Отвар омелы белой: 1 десертная ложка веток на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3 раза в день после еды.

Рецепт 22.

Отвар подорожника большого: 1 столовая ложка плодов и листьев на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 30 минут, процедить. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день до еды.

Рецепт 23.

Настой полыни горькой: 1 столовая ложка цветущих верхушек на 1 стакан кипятка, настоять 10 минут в теплом месте, процедить. Принимать по 0,25 стакана 3 раза в день до еды.

Рецепт 24.

Отвар шиповника: 1 столовая ложка плодов на 1 стакан кипятка, настоять 10–12 часов, кипятить 10 минут, процедить, добавить мед по вкусу. Принимать по 0,5 стакана 2 раза в день до еды. Детям – по 0,25 стакана.

Рецепт 25.

Отвар одуванчика лекарственного: 1 столовая ложка корней на 1 стакан воды, кипятить 1 минуту, настоять 1 час, процедить. Принимать по 0,5 стакана утром и вечером за полчаса до еды.

Рецепт 26.

Из ягод облепихи выжать сок и отстаивать его в холодном месте. Масло при отстаивании всплывает на поверхность, и его снимают. Полученное таким образом масло считается наиболее качественным. При лечении язвы желудка и двенадцатиперстной кишки принимать по 1 чайной ложке 2–3 раза в день за 30 минут до еды.

«Геркулес» (1 пачку) залить 8 л кипяченой воды температуры парного молока. Оставить на час при комнатной температуре. Отдельно приготовить смесь следующего состава: 1 ложка дрожжей, 2 чайные ложки сахара, 1 стакан воды, 1 стакан муки. Смесь поставить в теплое место и дать возможность подойти опаре. Затем соединить опару с «Геркулесом» и оставить на сутки в теплом помещении. Через сутки процедить забродившее «тесто» через сито в банки или эмалированную кастрюлю и поставить в холодильник. Утром (ежедневно) отливать полтора-два стакана смеси в кастрюлю, помешивая, доводить до кипения и разливать в тарелки, добавляя сливочное масло. Ежедневно принимать в течение 3–6 месяцев при язвенной болезни, энтероколите, хроническом холецистите.

Также целебными свойствами обладает кисель, полученный из проросшего овса. Овес надо перебрать, замочить и поставить в теплое место. На вторые сутки зерна прорастут, их следует смолоть. После этого развести полученную муку холодной водой, залить все кипятком и кипятить 1–2 минуты. Еще 20 минут напиток нужно настаивать. Затем процедить и пить свежим (готовить кисель заранее нельзя!). Принимать кисель следует при панкреатите, диабете, язве двенадцатиперстной кишки.

При кровоточащей язве двенадцатиперстной кишки

Рецепт 1.

Взбить один белок свежего яйца с одной чайной ложкой сахарной пудры и столовой ложкой оливкового масла. Десять дней подряд каждое утро натощак принимать по одной столовой ложке этой смеси.

Лечение язвы желудка и двенадцатиперстной кишки

Когда язва очистится, больного нужно поить коровьим кислым молоком, с которого сняты сливки, а также напитками из айвы и граната, ячменной водой с гранатом, сгущенными соками вяжущих плодов.

Если у больного имеется кровавая рвота, ему будут полезны сок посконника или горькой полыни.

Лечение язвы лекарственными травами нужно проводить в период обострения и в течение 10–14 дней после него. Не следует ждать быстрого выздоровления, первые положительные результаты появятся через 5–7 дней после начала приема трав. А окончательно оценить эффективность средства вы сможете через 2 недели. Если сбор за это время не подействовал, его надо заменить.

Рецепт 1.

Взять по 3 части травы сушеницы топяной, листа подорожника, по 2 части корня солодки голой, шишек хмеля обыкновенного, травы пустырника пятилопастного, травы синюхи голубой, травы тысячелистника обыкновенного, по 1 части корня аира болотного, травы зверобоя продырявленного, цветков календулы лекарственной, листа крапивы двудомной. 1 столовую ложку сухого измельченного сбора залить вечером в термосе 0,5 л кипятка, настоять ночь, процедить и пить по 0,5–0,75 стакана за 15–20 минут до еды. Одновременно принимать спиртовой экстракт прополиса с новокаином: 40 капель 10 %-ного экстракта прополиса смешать с 50 мл 0,25 %-ного теплого раствора новокаина и выпивать за 1,5 часа до еды 3 раза в день. Курс лечения при язве – 1–2 месяца.

Рецепт 2.

Взять в равных пропорциях траву зверобоя, семена льна, плоды укропа, цветки ромашки. 1 столовую ложку сбора залить 1 стаканом кипятка, варить на водяной бане 15 минут, настаивать 1 час. Принимать настой по 0,5 стакана 3–4 раза в день при язве.

Траву зверобоя смешать с подогретым подсолнечным маслом в соотношении 1:2, выдержать 3 часа на водяной бане, настаивать 2 недели (временами взбалтывать), профильтровать. Принимать по 1 столовой ложке натощак 3 раза в день. Курс лечения при язве – 1 месяц.

Рецепт 3.

Превосходным средством лечения язвы с пониженной кислотностью, особенно при обильных кровотечениях или скрытой крови в кале, является шиповник: 30 плодов залить 1 стаканом кипятка, варить в закрытой посуде на слабом огне 10 минут, настоять при комнатной температуре в течение суток, процедить. Принимать по 0,5 стакана 2–3 раза в день до еды. Курс лечения при язве – до прекращения кровотечения.

Рецепт 4.

Сухой березовый гриб (чагу) подержать в холодной воде 3–5 часов, измельчить или пропустить через мясорубку. Залить 1 стакан измельченного гриба 5 стаканами теплой воды (40–50 °С), настаивать 2 суток в тепле, настой процедить. Принимать по 0,3 стакана 4 раза в день за 30 минут до еды. Можно добавить 0,5 чайной ложки меда. Курс лечения при язве – 3–4 недели.

Рецепт 5.

Взять 4 столовые ложки коры дуба, залить 1 л кипятка, кипятить 20 минут, остудить. Принимать отвар по 1 столовой ложке 2–3 раза в день при язве.

Рецепт 6.

Взять 1 чайную ложку измельченных корней девясила, залить 1 стаканом воды, настоять в течение 10 часов. Выпить за 1 сутки при язве.

Рецепт 7.

Взять поровну траву подорожника и траву шалфея. 1 столовую ложку сбора залить 2 стаканами кипятка, кипятить 5 минут, настаивать 1 час. Принимать отвар при язве первые 10 дней 1 раз по 0,5 стакана, затем 3 раза в день по 0,5 стакана.

Рецепт 8.

Взять поровну семя льна, корень алтея, исландский мох. 2 столовые ложки сбора залить 2 стаканами холодной воды, выдержать 5 часов, варить в течение 5–7 минут, настоять, процедить. Принимать по 0,3 стакана за 30 минут до еды 5–6 раз в день при язве.

Рецепт 9.

Взять поровну цветков ромашки, травы тысячелистника, листа мяты, цветков липы. 2 чайные ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, кипятить 5 минут, настоять 2 часа. Процедить и принимать отвар по 0,5 стакана 3 раза в день при язве.

Рецепт 10.

Взять по 3 части корней лапчатки прямостоячей, листа крапивы двудомной, 2 части цветков ромашки лекарственной. 2 столовые ложки сбора залить 1,5 стакана кипятка, настаивать в тепле 30 минут. Принимать по 0,5 стакана через час. Заживляет кровоточащие язвы.

Рецепт 11.

Взять поровну корня горца змеиноного и корневища кровохлебки лекарственной. 2–3 чайные ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, нагревать на водяной бане 15 минут, настаивать 2 часа. Принимать по 0,25 стакана 3–4 раза в день. Заживляет кровоточащие язвы.

Рецепт 12.

Взять 1 часть травы чистотела большого, по 3 части травы тысячелистника обыкновенного, травы зверобоя продырявленного, цветков ромашки лекарственной. 2 столовые ложки сбора залить 1 стаканом кипятка, настаивать в тепле 2 часа. Принимать по 0,5 стакана 3–4 раза в день. Заживляет кровоточащие язвы.

Рецепт 13.

Взять по 3 части травы пустырника пятилопастного, травы сушеницы топяной, 4 части травы вереска обыкновенного, по 1 части корня валерианы лекарственной, корня сишохи голубой. 4 столовые ложки сбора залить 1 л кипятка, настоять 1 ночь в термосе и принимать в течение дня по 2–4 глотка, всего до 0,5 л, и 0,5 стакана на ночь. Сбор является хорошим успокоительным средством, что очень важно при лечении язвы.

Рецепт 14.

Взять 1 часть цветков ромашки лекарственной, по 2 части корневищ лапчатки прямостоячей и травы зверобоя продырявленного. 2 столовые ложки сырья залить 2 стаканами кипятка,

настаивать в тепле 1 час, процедить. Принимать теплым по 0,5 стакана утром натощак, через 1–1,5 часа после еды, вечером перед сном и утром при болях.

Рецепт 15.

Взять поровну корня дудника, корневища аира болотного, коры дуба. 5 столовых ложек сбора залить 1 л воды, настаивать 10 часов, варить на водяной бане 10 минут. Принимать настой по 0,5 стакана 4 раза в день перед едой. Снимает болевой синдром при язве.

Рецепт 16.

Взять поровну молодых шишек ольхи, корня лапчатки прямостоячей, корня крапивы. 2 столовые ложки сбора залить 2 стаканами холодной воды, настаивать 2 часа, нагреть на водяной бане и прокипятить 5 минут, процедить отвар горячим. Принимать теплым по 1 стакану утром натощак и через 1 час после еды. Снимает болевой синдром при язве.

5. Водные процедуры

Прохладные обертывания для лечения язвы желудка и кишечника

Прохладные обертывания туловища и ног применяются при воспалительных заболеваниях органов всей брюшной полости, так как они улучшают выделительные функции и питание кожи. При этой процедуре обертывается все тело вместе с конечностями. Поперек кровати расстилают широкое шерстяное одеяло, на него кладут мокрую, хорошо отжатую простыню. Больной ложится на мокрую простыню, и ее сразу заворачивают слева и справа так, чтобы на груди и на животе один конец закрывал другой, а на ногах каждый конец заворачивался за правую и левую ногу отдельно. Затем пациента закрывают разостланным под простыней шерстяным одеялом и сверху накрывают еще ватным одеялом. Длительность процедуры – от 1 до 2 часов. После каждой процедуры простыню надо прополаскивать в чистой, теплой воде и просушивать, а после 3–4 процедур – стирать.

Горячие обертывания для лечения язвы желудка и кишечника

Горячие обертывания живота и поясницы способствуют усилению кровообращения в области желудка, кишечника, печени, рассасыванию рубцов, обладают выраженным болеутоляющим действием. Большое махровое полотенце складывают в 2–3 раза так, чтобы его ширина закрывала живот больного. По длине полотенце должно быть таким, чтобы после обертывания вокруг живота один конец заходил за другой на 30–40 см. Еще одно махровое полотенце складывают таким же образом, но оно должно быть чуть шире. Первое полотенце смачивают в горячей воде, нагретой до 60 °С, отжимают и быстро обертывают вокруг живота. Сверху накладывают второе, сухое, полотенце и затем одеяло. Больной ложится в постель на спину, хорошо укрывается ватным одеялом и лежит 20 минут. Потом надевает сухое белье и отдыхает в постели 1 час.

6. Лечебная гимнастика для лечения язвы желудка и кишечника

Ниже приведен комплекс упражнений при язвенной болезни. Эти упражнения можно выполнять после обострения язвенной болезни, лежа в постели.

Упражнение 1.

Лежа на спине, сомкнутые ноги вытянуты, руки вдоль туловища. Одновременно сгибать и разгибать пальцы рук и ног. Повторить 6–8 раз. Дыхание свободное.

Упражнение 2.

Исходное положение то же. Свободный вдох и выдох. Повторить 3 раза. Темп медленный.

Упражнение 3.

Лежа на спине, руки опираются на локти, стопы перпендикулярны полу. Одновременно опустить кисти и стопы, затем вернуться в исходное положение. Повторить 4 раза. Дыхание свободное.

Упражнение 4.

Лежа на спине, руки лежат вдоль туловища. Согнуть руки в локтях и выпрямить. Повторить

4–6 раз. Темп средний. Дыхание свободное. Полминутки минуту полежать спокойно. Дыхание свободное.

Упражнение 5.

Лежа на спине, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища. Развести носки в стороны, затем соединить, стараясь, чтобы ноги полностью поворачивались от бедра внутрь и наружу. Повторить 4–6 раз.

Упражнение 6.

Лежа на спине, ноги соединены. Поднять плечи вверх – вдох, опустить – выдох. Повторить 3 раза. Темп медленный.

Упражнение 7.

Лежа на правом боку, руки вдоль туловища. Отвести прямую левую ногу в сторону, затем вернуться в исходное положение. Перевернуться на левый бок и то же проделать на левом боку. По 4–6 раз на каждом боку. Отдых около минуты.

Упражнение 8.

Лежа на животе, ноги вытянуты, руки вдоль туловища. Сгибать и разгибать ноги в коленях. Повторить 6–8 раз. Темп средний. Лежа на животе, спокойно полежать полминуты.

Упражнение 9.

Встать на четвереньки. Выпрямиться и встать на колени, вернуться в исходное положение. Повторить 2–4 раза.

Упражнение 10.

Лежа на спине, ноги согнуты в коленях, стопы у ягодиц. Развести колени – вдох, соединить – выдох. Повторить 2–4 раза.

Упражнение 11.

Лежа на спине, согнуть ноги, упор на локтях. Поднять таз, опустить. Повторить 2–4 раза. Темп медленный. Отдых около минуты.

Упражнение 12.

Лежа на спине, ноги вытянуты. Сделать одновременно круговые движения кистями рук и стопами ног по часовой и против часовой стрелки, 4–6 раз в каждую сторону.

Упражнение 13.

Лежа на спине, опустить правую стопу вниз, а кисть левой руки поднять вверх, то же проделать левой ногой и правой рукой. Выполнить 4–6 раз в каждом направлении. Лежа на спине, руки вдоль туловища, расслабиться, дышать полной грудью.

7. Медикаментозное лечение

Лекарственные средства лечения язвы по назначению врача:

Спазмолитические препараты при язве (снятие спазма мускулатуры желудка и кишки)

Дротаверин (Беспа, Но-шпа, Спазмолерин, Спазмол)

Папаверина гидрохлорид (Папаверин)

Антацидные средства (снижение кислотности желудочного сока):

Алмазилат (Симагель)

Алюминия фосфат (Альфогель, Гефал, Фосфалюгель)

Гидроксид алюминия и гидроксид магния (Альмагель, Альмагель-А, Алюмаг, Анацид, Маалокс, Гастролюгель, На-магел Черри, Насигел*~~censored~~*ри) Сималдрат (Гелюсил, Гелюсил лак)

Средства, ослабляющие секрецию желудочного сока:

Омепразол (Гастрозол, Демепразол, Зероцид, Золсер, Локит, Лосек, Омез, Омезол, Омепар, Оненпрол, Омизак, Орта-нол, Оцид, Нексиум, Промезол, Просептин)

Ранитидин (Ацидекс, Ацилок-Е, Гистак, Дуоран, Зантак, Зоран, Ранигаст, Ранисан, Ранитал, Ранитин, Рантаг, Рантак, Рэнкс, Улкодин, Улкосан, Улькура, Язитин)

Фамотидин (Антодин, Аципеп, Блокацид, Гастероген, Га-стросидин, Квамател, Невофарм,

Пепсидин, Фамогард, Фамодар, Фамопсин, Фамоцид

Циметидин (Альтрамет, Беломет, Гистодил, Нейтронорм, Примамет, Симесан, Тагамет, Улкузал)

Обволакивающие, вяжущие препараты при язве (защита слизистой оболочки):

Викалин и Викаир

Препараты висмута при язве:

(Биснол, Вентрисол, Десмол, Де-Нол, Пилоцид) Сукралфат (Вентер, Сукрафил, Ульгастрон)

Антибиотики (уничтожение Хеликобактера):

Амоксициллин (Оспамокс, Флемоксин, Доксициклин)

Ампициллин (Ампик, Дедомпил, Доциллин, Росциллин, Семициллин)

Кларитромицин (Биноклар, Кладид, Фромилид) Метронидазол (Клион, Трихоброл, Трихозол, Трихопол, Флагил)

Препараты, ускоряющие заживление язвы:

Апилак, Гастрофарм, Масло облепихи, Прополис, Солкосерил, Экстракт алоэ

8. Гомеопатия

Арсеникум альбум (белая окись мышьяка)

Это лекарство относится к неметаллам. В значительных дозах арсеникум альбум является ядом. В гомеопатии благодаря технологии приготовления арсеникум альбум служит выздоровлению больных.

Аргентум нитрикум (нитрат серебра)

Этот препарат, как считают гомеопаты, больше подходит суетливым пациентам, которые быстро едят, плохо пережевывают пищу, из-за чего испытывают отрыжку, чувство дискомфорта в области желудка, вздутие живота, характерные боли, которые уменьшаются при наклонах туловища вперед.

Антимониум (черная сернистая сурьма)

Этот металл, предназначен, по мнению врачей-гомеопатов, при таком симптоме, как белый налет на языке. Кроме того, учитывается сочетание симптомов: кожные проявления и поражение желудка.

Актеа рацемоза (цимицифуга)

Это чаще всего женское средство. Проявления болезни связаны с менструальным циклом. А во время еды состояние пациента улучшается.

Бриония альба (переступень белый)

Данный лекарственный препарат показан в случае постепенного развития заболевания у смуглых сухощавых брюнетов, обладающих такими свойствами, как повышенная раздражительность, обидчивость в сочетании с обязательностью, ответственностью, смелостью в принятии решений.

Белладонна (красавка)

Препарат может быть использован при обострении хронического гастрита, когда наблюдается ярко выраженная жажда, ощущение сухости во рту.

Калиум бихромикум (бихромат калия)

Назначают препарат в случаях, когда боли появляются сразу после еды, носят жгучий

характер, сопровождаются ощущением переполненности желудка, возможны тошнота и рвота.

Фосфор

Данный гомеопатический препарат назначают при жгучих болях в подложечной области, сопровождаемых ярко выраженной изжогой и повышенной жаждой. Характерно, что больной предпочитает пить холодную воду.

Нукс вомика (чилибуха, рвотный орех)

Это довольно известное гомеопатическое лекарственное средство. Препарат назначают больным, ощущающим спазмы – сжимания внутри живота. Для этих больных характерны чувство тяжести, переполненности желудка, отрыжка горьким и кислым, тяжесть в желудке после еды.

Подофилл (ноголист)

Лекарство назначают больным с плохим аппетитом, испытывающим отвращение к запаху пищи.

Ирис (касатик разноцветный)

Комплексные гомеопатические, созданные на основе ириса назначаются, если больной жалуется на отсутствие аппетита по утрам, на тяжесть после еды в подложечной области, боли жгучего характера, а также на отрыжку кислым и изжогой. Кроме того, могут наблюдаться тошнота, рвота. Характерно, что боль часто отдает в спину или в левое подреберье.

Сульфур (сера)

Этот препарат врачи-гомеопаты назначают довольно часто, так как он обладает многосторонним действием на разные ткани организма.

Гастрикумель

Препарат оказывает комплексное воздействие на организм, регулируя деятельность не только пищеварительной, но и нервной системы.

Нукс вомика Гомаккорд

Препарат оказывает противовоспалительное, спазмолитическое и желчегонное действие, регулирует функции пищеварительного тракта.

Мукоза композитум

Препарат содержит вытяжки различных слизистых оболочек, противовоспалительные компоненты и вещества, прицельно воздействующие на органы подложечной области – желудок, поджелудочную железу, кишечник.

Спаскупрель

Оказывает спазмолитическое, обезболивающее, успокаивающее и противосудорожное действие, в связи с чем используется при спастических состояниях желудка и кишечника.

9. Ароматерапия

1. Внутреннее применение.

2 капли масла можжевельника на 1 чайную ложку меда или подсолнечного масла 3 раза в день принимать в промежутках между едой в течение месяца. Затем сделать перерыв месяц.

2-3 капли масла шалфея на 1 десертную ложку меда, принимать после еды в течение 3 недель. Далее сделать недельный перерыв и принимать это средство по необходимости.

1 капля масла лимона на 1/2 стакана томатного сока за час до еды 3–4 раза в день.

2 капли масла эвкалипта и 1 столовую ложку меда развести в стакане теплой воды, принимать за 30–40 минут до еды в течение 3 недель, после чего необходимо сделать перерыв 2 недели, затем можно прием возобновить.

3 капли масла кипариса на 1 десертную ложку меда, принимать 3 раза в день.

2. Аромакурительница.

Облегчить язвенные боли могут масла кедра, перечной мяты, эвкалипта, а также следующие смеси.

2 капли масла кедра + 3 капли мяты.

1 капля масла кедра + 2 капли мяты + 2 капли эвкалипта.

3 капли масла мяты + 3 капли эвкалипта.

3. Аромамедальон.

Добавьте в свой аромамедальон 2 капли масла кедра или 3 капли мяты – это поможет смягчить желудочные боли.

10. Грязелечение

Большой опыт врачей указывает на эффективность грязелечения при язве желудка и язве двенадцатиперстной кишки. Его проводят в виде аппликаций на подложечную область и сегментарно. При сопутствующем холецистите и гепатите аппликации грязи накладывают также на область правого подреберья, а при колите – и на область кишечника. Благоприятнее действуют грязи сравнительно низких температур (38–40°). Первые 1–2 грязевые аппликации целесообразно применять более низкой температуры (38°), постепенно повышая их температуру, но не выше 40–42° (при последних 1–2 процедурах). Процедуры продолжительностью 10-15-20 минут проводят через день или через два дня; всего на курс лечения нужно 8-10-12 процедур.

Грязелечение благоприятно влияет на весь организм и не вызывает обострений при применении его в фазе ремиссии или неполной ремиссии заболевания. Грязелечение показано и в фазе затихающего обострения, но начинать его лучше в безболевого периоде. При наличии выраженных болей в течение нескольких дней применяют соответствующую диету и медикаментозную терапию и лишь после ликвидации острых явлений приступают к грязелечению. Иногда после 4–6 грязелечебных процедур появляется реакция обострения как следствие сверхсильного раздражения. Вероятность ее появления больше при применении грязи более высокой температуры, при проведении процедур ежедневно или при сочетании различных процедур в течение одного дня. Кроме того, усиление клинических признаков болезни чаще наступает у больных с длительно затянувшимся обострением или у больных, у которых обострение недавно закончилось, у больных с тяжелым течением болезни, у ослабленных, резко возбудимых и др.

При грязевых аппликациях низких температур (38–40°), проводимых через день, при отсутствии самостоятельных болей обострения наблюдают редко. При возникшем обострении целесообразно сделать перерыв на несколько дней в приеме грязевых аппликаций пока не стихнет острота реакции.

Под влиянием такого лечения у большинства больных улучшается течение болезни: полное исчезновение или значительное уменьшение болей, уменьшение диспепсических явлений, улучшение объективных показателей – уменьшение или исчезновение самостоятельного или факультативного мышечного напряжения в подложечной области, интенсивности кожной гиперестезии, местной болезненности при пальпации в зоне проекции язвы на брюшную стенку и т. д.

Грязелечение по «щадящей» методике наряду с клиническим улучшением состояния у большей части больных сопровождалось исчезновением симптома «ниши» или же уменьшением ее размеров.

Под влиянием грязелечения в организме изменяются функции дыхания и кровообращения,

кроветворных органов, химические и физико-химические свойства крови, различные виды обмена, происходит десенсибилизация организма. Кроме того, грязелечение положительно влияет на функциональное состояние центральной нервной системы, подкорковых центров, вегетативной нервной системы. Имеет значение и воздействие лечебной грязи на функциональное состояние желудка, его моторно-секреторные нарушения и измененную трофику.

Клинико-физиологические наблюдения больных свидетельствуют об изменении секреторной функции желудка под влиянием грязелечения, однако мнения о характере происходящих сдвигов противоречивы. Одни считают, что грязелечение ведет к снижению секреторной функции желудка у больных с различными заболеваниями, другие, что оно нормализует ее, третьи, что оно повышает кислотность желудочного сока. Такую противоречивость мнений можно объяснить следующим: во-первых, действие грязи изучали на различных контингентах больных; во-вторых, секреторную функцию желудка изучали при помощи различных раздражителей секреции; в-третьих, часть больных, помимо грязелечения, получала также минеральные воды, ванны и другие виды лечения, т. е. комплексное лечение, так что трудно было оценить действие самой грязи.

У больных язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки под влиянием курса лечения грязевыми аппликациями низких температур (38°) на подложечную область и сегментарно; все больные находились на стандартной диете при язве желудка; другого лечения, в том числе и медикаментов, больные не получали. Установлено, что под влиянием грязелечения гиперсекреция снижалась как натощак, так и в фазу пищеварения почти у половины больных, повышенная кислотность снижалась натощак менее чем у половины больных и примерно у такого же числа больных она не изменялась; менее чем у половины больных кислотность повышалась. При повторном обследовании многих больных спустя 10–12 лет мы отмечали у них почти идентичные кривые повышенной кислотности. Наблюдения выявили, что показатели дебита соляной кислоты закономерно уменьшались у большинства больных в обе секреторные фазы. Подобное же благоприятное влияние отмечено и в отношении пепсина желудочного сока; уменьшение переваривающей силы сока в первую фазу секреции произошло у 1/3 больных и у 2/3 в фазу пищеварения, что является весьма положительным, моментом в течении язвенной болезни. У половины больных после грязелечения отмечено снижение экскреции уропепсиногена с мочой.

У больных язвой двенадцатиперстной кишки под влиянием грязелечения почти у 2/3 из них коэффициент белковых фракций желудочного сока снизился. Поскольку медленно распространяющиеся фракции относятся к фракциям, выделяемым покровным эпителием желудка, и выполняют в основном защитную функцию его слизистой в отношении пептического фактора (связывают избыточное количество соляной кислоты и пепсина), увеличение под влиянием грязелечения медленно распространяющихся фракций мукопротеоз косвенно дает основание говорить об улучшении состояния защитных приспособительных механизмов слизистой желудка; это имеет существенное значение в оценке положительной роли грязелечения на течение язвенной болезни. Моторная функция желудка также улучшалась у части больных.

Под влиянием грязелечения мы имели возможность отметить известную стимуляцию функции коры надпочечников; в середине курса лечения у больных увеличивалась экскреция 17-оксикортикостероидов с мочой, особенно при сниженном или нормальном их уровне до лечения, а по окончании грязелечения выделение их возвращалось к исходному уровню или несколько превышало его.

Таким образом, наблюдения показывают, что грязевые аппликации наряду с благоприятным лечебным действием положительно влияют на основные патогенетические механизмы, определяющие течение язвенной болезни: функциональное состояние желудка, состояние защитных приспособительных механизмов слизистой желудка, функцию коры надпочечников, центральную и вегетативную нервную систему больных, состояние других органов системы пищеварения. Все это дает клинико-физиологическое обоснование для лечения грязью низких

температур на курортах и во внекурортной обстановке больных язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки.

11. Йога

Язвенники – особая группа людей. Как правило, это те, кто стремятся загонять внутрь свои тревоги и проблемы, боясь показать другим людям, как они себя чувствуют. Они постоянно перенапрягаются, недостаточно спят и стараются всюду успеть. Именно в подобных случаях йога незаменима. Сущность йоги состоит в расслаблении. Все практики йоги, от асан до медитативных техник, ориентированы на устранение всех видов напряженности – физической, эмоциональной или умственной. Эти практики позволяют нервной системе, а, следовательно, и пищеварительной системе вернуться к нормальному состоянию.

Кроме того, йога способствует углублению понимания и терпимости по отношению к себе и к другим. Это побуждает каждого из нас жить более гармоничной жизнью и развивать в себе чувства оптимизма и уверенности в своих силах. В результате язвы исцеляются сами собой, либо вообще не возникают. Поэтому можно сказать, что йога устраняет не только сами язвы, но и их первопричину – умственное напряжение.

Очистительные процедуры йоги – кунджал крийя, шанкхапракшалана помогают снижать кислотность, увеличивать кровоток в стенках желудка и двенадцатиперстной кишки и удалять вредные бактерии, которые могли накопиться в пищеварительном тракте. Кроме того, все практики йоги повышают сопротивляемость организма стрессам, и тем самым снижают вероятность возникновения заболеваний. Но все же, необходимо обращаться к специалисту за консультацией и лечением.

Йога может оказать неоценимую помощь. Она делает человека более уравновешенным.

Йога не в состоянии предотвратить или устранить все болезни пищеварения.

Йога может оказывать значительную помощь, но она вовсе не панацея. Йога, несомненно, помогает в предотвращении и лечении многих широко распространенных заболеваний и недугов. Большинство заболеваний прямо или косвенно связаны с умственными и эмоциональными конфликтами и с физической слабостью или недостаточностью. Йога – мощная система, помогающая разрешению умственных и эмоциональных проблем, а также укреплению и оздоровлению организма. Вследствие этого организм более способен сопротивляться различным болезням, и становится более вероятным сотрудничество ума и тела, а не их противостояние, как в случае язвенной болезни.

Заключение

Мы ознакомились с наиболее хорошо зарекомендовавшими себя методами лечения таких серьезных заболеваний, как гастрит, панкреатит, язва желудка и двенадцатиперстной кишки. Все эти методики эффективны и, как говорится, хорошо работают.

Но, прежде чем использовать их, обязательно пройдите полное обследование у специалистов и четко следуйте их рекомендациям. Самолечение, как вы уже, наверное, поняли, прочитав эту книгу, может обернуться для вас самими страшными последствиями.

И помните, что лечение этих болезней бывает эффективным только в одном случае – жестком соблюдении предписаний врачей. Безответственное отношение к болезням может гарантировать только один результат – ваша болезнь будет только усугубляться. Не забывайте, что все заболевания, о которых идет речь в этих книгах, врачами расцениваются, как предраковые.

Надеемся, эта книга поможет вам понять, как справиться с недугом, который вас беспокоит, и настроит на борьбу за самое дорогое, что есть в жизни – собственное здоровье.

Будьте здоровы!

Полина Голицына

28 НОВЕЙШИХ СПОСОБОВ ЛЕЧЕНИЯ



ЗАБОЛЕВАНИЙ ПОЧЕК

Последние годы количество почечных заболеваний в России неумолимо растет и принимает масштабы национальной катастрофы. Проблемы с почками и мочевым пузырем уже имеет каждый десятый россиянин!

В книге, которую вы держите в руках, систематизирована информация по лечению наиболее распространенных заболеваний почек и мочевыводящих путей – пиелонефритов, циститов, почечной недостаточности, мочекаменной болезни и гломерулонефритов. Я предлагаю вам 28 способов лечения этих недугов – многие вам уже знакомы, а о некоторых, вы слышите впервые – например, вокалотерапия или лечение деревьями. Многие методы официальная медицина использует достаточно редко, меж тем, они доказали свою эффективность не только в России, но и в мире – это апитерапия, гомеопатия, магнитотерапия, китайская гимнастика цигун и многие другие

Болезнь может победить тот, кто не пренебрегает ни одним из возможных путей исцеления. Пробуйте, и у Вас все получится! Здоровья вам и вашим почкам!

28 НОВЕЙШИХ СПОСОБОВ ЛЕЧЕНИЯ



ВЕГЕТО-СОСУДИСТОЙ ДИСТОНИИ

Вегетососудистая дистония – это одно из самых «загадочных» заболеваний нашего времени. С одной стороны, вас беспокоит чувство усталости, головные боли, головокружение, плохое самочувствие, панические атаки, низкая работоспособность, постоянная усталость, проблемы с сердцем, но с другой – данные медицинских исследований (МРТ, УЗИ, ЭКГ, рентген и прочие) показывают отсутствие каких-либо серьезных оснований для беспокойства. Доктора успокаивают вас, в один голос утверждая, что просто необходимо наладить режим дня, чаще отдыхать, больше времени проводить на свежем воздухе, принимать витамины и пить успокоительное. Но поможет ли это?

В этой книге мы расскажем о 28 способах лечения вегетососудистой дистонии – совершенно безопасных и простых, а самое главное – действенных и безвредных. Среди них – русская баня, апитерапия, аюрведа, настрои Сытина, цветочные эссенции Баха, гомеопатия и гомеосиниатрия, дыхательная гимнастика и многие другие. Они помогут Вам вернуть себе хорошее настроение и самочувствие, забыв о болезни раз и навсегда!

28 НОВЕЙШИХ СПОСОБОВ ЛЕЧЕНИЯ



КОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

В этой книге предпринята попытка рассмотреть кожные заболевания как комплексные, причина которых лежит в общих проблемах организма, «зашлакованности», неверном жизненном настрое. Здесь Вы найдете систематизированную информацию о тех методах лечения, которые официальная медицина использует редко или никогда, но которые доказали свою эффективность как в России, так и за рубежом. Среди них – апитерапия, лечение пиявками, народная медицина и гомеопатия, голодание, фототерапия, настои Сытина и многие другие. Болезнь может победить тот, кто не пренебрегает ни одним из возможных путей исцеления. Пробуйте и у Вас все получится! Желаем Вам счастья и здоровой кожи!