

Холецистит

(школа пациентов)

Радионова Мария Владиславовна,
126 группа

Целевая аудитория

Основываясь на группах риска, целевой аудиторией являются в основном:

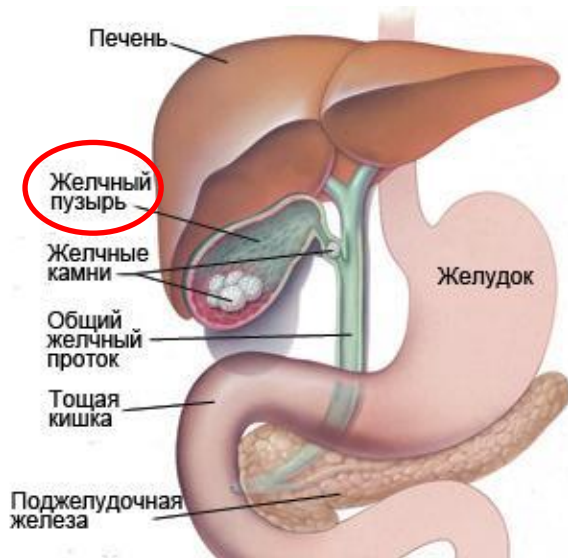
- люди, переболевшие **желчекаменной болезнью, печеночными, кишечными или паразитарными заболеваниями** (место проведения лекции данной - гастроэнтерологические клиники);
- **беременные и родившие** женщины (школы молодых матерей, женские консультации);
- больные **диабетом** (клиники для лечения данного заболевания);
- люди, страдающие **избыточным весом** (специализированные клиники, занимающиеся данным вопросом);
- здоровые **женщины среднего и старшего возраста (40+);** мужчины той же возрастной категории (общеобразовательные лекции в рамках школ пациентов).

Для чего проводится данная лекция?

- Цель: сформировать представление о холецистите у широкого круга населения, рассказать об основных характеристиках данного заболевания.
- Задачи:
 - 1) рассмотреть распространение холецистита;
 - 2) указать его симптоматику;
 - 3) поговорить о причинах и группах риска;
 - 4) определить меры оказания помощи, методы лечения, а главное – профилактики заболевания.

Что такое холецистит?

Холецистит – это воспаление желчного пузыря.



Желчный пузырь в брюшной полости



Жиры – основная мишень желчи в организме

Желчный пузырь – резервуар желчи в организме; его главная задача – обеспечение двенадцатиперстной кишки желчью во время пищеварения и накопление избытка желчи.

Так ли это существенно?

— Острый холецистит — это одно из самых распространенных хирургических заболеваний и по частоте встречаемости занимает **второе место после аппендицита**.

— Больные острым холециститом составляют **17—18%** от всех поступивших в отделения скорой хирургии органов брюшной полости.

— На лиц старше 60 лет приходится около **50%** от всех пациентов с острым холециститом.

— По данным статистики, около **10%** населения земного шара являются носителями желчных камней.

Виды холецистита

По течению заболевания:

- Острый
- Хронический

По происхождению:

- Калькулезный (из-за образования камней)
- Некалькулезный



Камни в
желчном
пузыре

Желчнокаменная болезнь

Желчнокаменная болезнь - это заболевание, при котором в желчном пузыре или в желчных протоках образуются камни.

Факторы:

- застой желчи в желчном пузыре
- повышение концентрации солей в желчи из-за нарушения обмена веществ.

Возможные симптомы:

- горечь во рту;
- тяжесть в правом подреберье;
- тошнота;
- отрыжка;
- желчные колики.

Предпосылки возникновения:

- переедание, голодание, нерегулярное питание;
- малоподвижный образ жизни, особенно сидячая работа;
- беременность;
- прием гормональных контрацептивов;
- ожирение;
- нарушение транспорта в желчных путях;
- заболевания поджелудочной железы.

Положение дел при желчнокаменной болезни



Острый холецистит. Причины

В 95% случаев – является следствием желчнокаменной болезни.

Кроме того:

- Повышенное давление в желчевыводящих путях;
- Инфекция в желчевыводящих путях;
- Нарушение диеты;
- Болезни желудка, провоцирующие нарушение физико-химических свойств желчи;
- Изменение сосудов желчевыводящих путей вследствие атеросклероза.



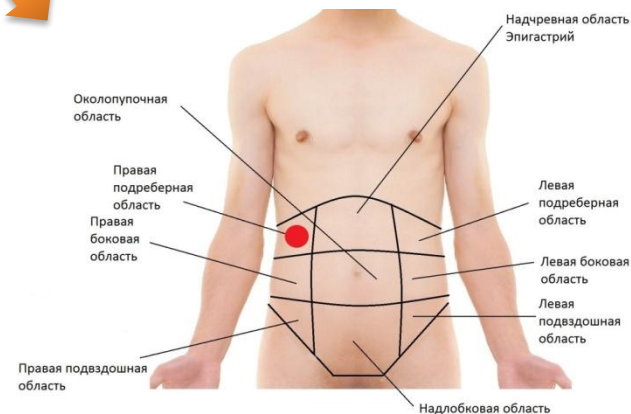
Правило пяти F

В медицине существует так называемое правило пяти F, которое позволяет определить наиболее уязвимый для острого холецистита контингент. Оно гласит, что чаще всего холециститом болеют:

- **fat** — страдающие ожирением;
- **female** — женщины;
- **fair** — светловолосые;
- **fertility** — многократно рожавшие;
- **forty** — после сорока лет.

Острый холецистит. Симптомы

- постоянные боли в правой верхней половине живота (правом подреберье), которые могут отдавать в правую руку, в правую половину груди и шеи. Нередко им предшествует приступ желчной колики;
- повышение температуры тела;
- чувство горечи во рту, тошнота и рвота, не приносящая облегчения;
- желтуха кожи и склер (наблюдается не всегда).



Острый холецистит. Первая помощь

- При подозрении на острый холецистит необходимо **немедленно вызвать "скорую помощь"**.
- До прихода врача **ни в коем случае** нельзя класть на живот горячую грелку, промывать желудок и принимать слабительное.
- Больному необходим **постельный режим и лед** на область желчного пузыря.



Острый холецистит. Лечение

1) Консервативное лечение:

- подавление инфекции (для этого применяются **антибиотики** и другие **противомикробные препараты**);
- усиление оттока желчи (специальная диета, **желчегонные и спазмолитические средства, зондирование двенадцатиперстной кишки**), однако, неприменимо при наличии камней.
- **диета** с исключением механически и химически раздражающей пищи.

2) *Хирургическое лечение* (при неэффективности консервативного) – **холецистэктомия** (удаление желчного пузыря).

Острый холецистит. Возможные осложнения

- Следствия развития инфекции:
 - эмпиема (гнойное воспаление)
 - эмфизема (газовое скопление) желчного пузыря,
 - сепсис (общее заражение крови).
- Также возможно прободение желчного пузыря, следствием чего станет воспаление брюшины (**перитонит**), может сформироваться **пузырно-кишечный свищ**.
- Зачастую холецистит осложняется **воспалением поджелудочной железы**.



Острый холецистит. Профилактика

- Соблюдении **норм здорового питания**: ограничение употребления алкоголя, больших количеств острой, жирной пищи.
- Приветствуется **физическая активность** – гиподинамия является одним из факторов, способствующих застою желчи и формированию конкрементов.
- Прием пищи лучше осуществлять согласно режиму, не реже, чем **каждые 4 часа**. Обязательно употреблять **достаточное количество жидкости** (от полутора литров), **не переедать на ночь**.
- Неблагоприятными для здоровья желчного пузыря также являются **ожирение, паразиты** (аскариды, **лямблии**), **сильные стрессы**.



Рекомендуемое время приема пищи



Необходимые элементы здорового питания

Диета, назначаемая при холецистите

ДИЕТА № 5

Показания для диеты: острые гепатиты и холециститы в стадии выздоровления, хронический гепатит, холецистит и желчекаменная болезнь вне обострения; цирроз печени без ее недостаточности.

Общая характеристика: физиологически нормальное содержание белков и углеводов при ограничении тугоплавких жиров, азотистых экстрактивных веществ и холестерина; все блюда готовятся в вареном виде или на пару.

Рекомендуемые продукты и блюда: хлеб любой вчерашней выпечки; супы овощные, крупяные, молочные, борщи и щи вегетарианские; молочные продукты невысокой жирности, любые крупы; различные овощи, фрукты и ягоды (кроме кислых); отварное мясо, рыба.

Исключить: свежий хлеб, сдобные булочные изделия; мясные, рыбные и грибные бульоны, окрошки, соленые ши; жирные сорта мяса, птицы, рыбы; копчености, консервы; сливки, молоко 6%-й жирности; бобовые, шавель, редис, зеленый лук, чеснок, маринованные овощи; шоколад, кремовые изделия, черный кофе, какао; свиное, баранье и говяжье сало; кулинарные жиры.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ НА НЕДЕЛЮ

понедельник

Первый завтрак: омлет белковый, паровой - 110 г, каша манная молочная - 1/2 порции, чай
Второй завтрак: творог свежеприготовленный (кальцинированный пресный) - 10 г, отвар шиповника
Обед: суп овсяный с овощами (вегетарианский, протертый) - 1/2 порции, суфле из отварного мяса паровое - 100 г, пюре овощное - 100 г, желе фруктовое
Полдник: яблоки печеные - 100 г
Ужин: рыба отварная - 100 г, картофельное пюре, чай
На ночь: кисель

вторник

Первый завтрак: суфле творожное, каша рисовая молочная протертая, чай
Второй завтрак: яблоко печеное с сахаром
Обед: суп перловый с овощами (вегетарианский, протертый), котлеты мясные паровые с морковным пюре, кисель
Полдник: отвар шиповника
Ужин: кнели рыбные паровые с картофельным пюре, запеканка манная со сладкой подливкой, чай
На ночь: кефир

среда

Первый завтрак: мясные паровые тефтели, манная каша на молоке, чай
Второй завтрак: свежие фрукты, чай
Обед: овощной суп с макаронами, мясной рулет, компот
Полдник: отвар шиповника, сухарики с сахаром
Ужин: свекольные котлеты, печенье с яблочным вареньем, чай
На ночь: ряженка

четверг

Первый завтрак: творог с сахаром и сметаной, каша овсяная молочная, чай
Второй завтрак: яблоко печеное
Обед: суп вегетарианский на растительном масле, котлеты мясные паровые, каша гречневая протертая с оливковым маслом, компот из сухофруктов
Полдник: отвар шиповника
Ужин: рыба отварная с соусом белым на овощном отваре, овощное пюре, ватрушка с творогом, чай
На ночь: кефир

пятница

Первый завтрак: омлет белковый паровой, овсяная протертая каша, чай
Второй завтрак: морковное пюре, отвар из шиповника
Обед: суп-пюре картофельный, суфле мясное парное, яблоко печеное
Полдник: протертый компот
Ужин: творожный пудинг, чай
На ночь: отвар из шиповника или нежирный кефир

суббота

Первый завтрак: творожный пудинг, каша овсяная молочная, чай
Второй завтрак: груша печеная
Обед: суп из сборных овощей вегетарианский на растительном масле, кура отварная, рис
Полдник: отвар шиповника, печенье
Ужин: рыба отварная с соусом белым на овощном отваре, картофельное пюре, ватрушка с творогом, чай
На ночь: кефир или другие кисломолочные продукты

воскресенье

Первый завтрак: белковый омлет из двух белков - 100 г, каша манная молочная - 150 г, чай с молоком - 1 стакан
Второй завтрак: свежие фрукты
Обед: суп рисовый с протертыми овощами - 1/2 порции, кури отварные в белом соусе - 150 г, каша гречневая протертая - 150 г, молочное желе - 125 г
Ужин: рыба отварная в белом соусе - 85 г, овощное пюре - 150 г, чай с молоком
На ночь: нежирные кисломолочные продукты

МОЖНО



Вчерашний хлеб, пшеничные сухари, галетные печенье



Гречневая, овсяная, манная, рисовая каши, протертые, полужидкие, сваренные на воде, суфле, пудинги, запеканки



Говядина, кролик, курица, телятина протертые или рубленные, в отварном или паровом виде



Нежирная отварная рыба, в виде суфле, котлет, куском — судак, треска, окунь, щука



Овощные, вегетарианские, слизистые супы из круп (овсяной, рисовой)



Омлет белковый паровой из 1-2 яиц в день, 1/2 желтка в день в блюдах



Нежирное молоко в блюдах, творог некислый свежеприготовленный, паровые пудинги, нежирные йогурты, нежирный неострый сыр

НЕЛЬЗЯ

Свежий, ржаной хлеб, блины, жареные и печеные пирожки, каренки, пицца



Пшено, перловая, кукурузная крупы, бобовые



Баранина, свинина, гусь, утка, печень, копченое мясо, колбасы, консервы



Жирная, жареная, копченая, соленая рыба; икра, морепродукты



Супы на мясном и рыбном бульоне, окрошка, зеленый борщ, свекольник



Крупные, жареные яйца



Сливки, мороженное, сметана, майонез, жирные и кислый творог, жирный и соленый творог



Хронический холецистит. Причины

- Заболевание начинается постепенно, нередко в юношеском возрасте. Жалобы возникают под влиянием нарушения диеты, психоэмоционального перенапряжения.
- Причины хронического холецистита:
 - ремиссия острой формы этого заболевания;
 - постепенное развитие патогенеза.



Хронический холецистит. Симптомы

- ощущение тяжести в эпигастральной области;
- вздутие живота;
- приступы тошноты;
- чувство горечи в ротовой полости;
- температура тела субфебрильная (от 37 до 38° С);
- печень увеличена, в отдельных случаях пальпируется через брюшную стенку;
- стенки желчного пузыря, при инструментальном обследовании, утолщены.

Боли при хроническом холецистите. Резкой боли нет. В некоторых случаях она может вообще отсутствовать. Часто отмечают тупую или ноющую боль. Хронический бескаменный холецистит может протекать без боли.

Прогноз при холецистите

Прогноз **условно благоприятный**, при адекватно проведенном лечении трудоспособность будет полностью сохранена.

Наибольшую опасность могут представлять **осложнения**, связанные с разрывом жёлчного пузыря и развитием перитонита (воспаления брюшины). В случае его развития даже при адекватном лечении возможен летальный исход.

Необходимо **большое внимание** уделять **наблюдениям лечащего врача**, так как развитие болезни имеет свои особенности в каждом конкретном случае.

Краткие итоги

1. Холецистит – воспаление желчного пузыря.
2. Его причина – инфицирование; развивается на фоне повреждение стенок желчного пузыря или его протоков (часто - после желчнокаменной болезни).
3. Основные симптомы – острая боль в правом подреберье, тошнота, поднятие температуры, пожелтение кожных покровов и склеры.
4. При наличии симптомов – незамедлительный вызов «скорой помощи», прикладывание льда к области желчного пузыря и постельный режим.
5. Лечение – консервативное и хирургическое, по врачебным указаниям.
6. Профилактика – здоровое питание, снижение количества стрессовых факторов, повышение активности образа жизни.

Спасибо за внимание

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

- <http://ftiza.info/ostryiy-holetsistit/>
- http://www.ayzdorov.ru/lechenie_xolecistit_chno.php
- <http://bezboleznej.ru/ostryj-holecistit>
- <http://prizvanie.su/?p=2672>
- <http://www.eurolab.ua/encyclopedia/urgent.medica.aid/2305/>
- <http://medportal.ru/enc/gastroenterology/dyskinesia/4/>
- <http://medportal.ru/enc/gastroenterology/dyskinesia/4/>
- <https://ru.wikipedia.org/wiki/Холецистит>