



Foto: Pixabay

„Gallensteine – Risikofaktoren meiden!“ > russisch

Желчнокаменная болезнь

Желчные камни и симптомы – избегайте факторов риска!

Желчные камни являются очень распространенным явлением. Обычно они расположены в желчном пузыре, иногда – в желчных протоках. Чаще всего желчные камни не приносят никаких неудобств, и их обнаруживают лишь случайно, во время ультразвукового исследования органов брюшной полости.

Желчные камни требуют оперативного удаления лишь при воспалениях или других осложнениях, например, при появлении колик. Разумный образ жизни позволяет избежать появления каких-либо симптомов, связанных с наличием желчных камней, т.е. они клинически себя не проявляют («немые» камни).

Наличие желчных камней – еще не повод для операции

Желчные камни представляют собой твердые отложения в желчном пузыре. Они образуются из желчи, играющей существенную роль в расщеплении жиров. В состав желчи входят такие компоненты, как холестерин, желчные кислоты и соли желчных кислот, а также разнообразные продукты обмена веществ и желчный пигмент (билирубин). Нарушение равновесия между этими компонентами может привести к сгущению желчи и последующему ее отвердению, т.е. образованию конкрементов. Наиболее частой причиной таких нарушений является перенасыщение желчи холестерином. В зависимости от состава, желчные камни могут относиться к следующим категориям:

- **холестериновые камни**, составляющие абсолютное большинство всех желчных конкрементов и состоящие примерно на 70 % из холестерина,
- **пигментные камни**, в составе которых много пигментов, и
- **смешанные желчные камни**, состоящие из холестерина и желчного пигмента; камни смешанного состава часто обызвествляются.

Факторы риска, способствующие образованию желчных конкрементов и появлению болезненных симптомов:

- Избыточный вес
- Жирная пища
- Сахарный диабет
- Повышенный уровень липидов в крови
- Редукционные диеты

Следите за сбалансированным питанием

Устранение или снижение факторов риска поможет сохранить «немоту» желчных камней, не вызывающих никаких клинических жалоб.

- Большое значение имеет сбалансированное питание с нормальным содержанием жиров. В пище должно содержаться достаточное количество клетчатки, активирующей работу кишечника и способствующей хорошему пищеварению.
- Еще одним существенным фактором риска является избыточный вес. Снижать вес следует очень осторожно и постепенно, без радикальных диет. Слишком быстрое и резкое снижение веса может вызвать осложнения при уже имеющемся наличии желчных камней.
- Нарушения обмена веществ (сахарный диабет, нарушение липидного обмена) нуждаются в соответствующей терапии.

При появлении жалоб можно попытаться растворить желчные конкременты с помощью медикаментов. Однако, это – очень долгий процесс. Кроме того, после такой терапии нередко образуются новые камни. Поэтому, при наличии жалоб, связанных с желчными конкрементами, как правило, рекомендуется хирургическое удаление желчного пузыря (а с ним и желчных камней). Практически все операции удаления желчного пузыря можно проводить с применением щадящей лапароскопической техники, т.е. без «больших» разрезов. В первые дни после операции рекомендуется исключить любую жирную пищу. Однако, с течением времени практически все ограничения в отношении питания снимаются.

Ссылки:

Директива «Желчнокаменная болезнь», Немецкое общество болезней пищеварения и обмена веществ / Leitlinie Gallensteinleiden, Deutsche Gesellschaft für Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS):

www.dgvs.de

Гастро-лига / Gastro-Liga e.V., www.gastro-liga.de



Für Hinweise von Arzt und Praxisteam