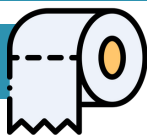




ДИАРЕЯНЫҢ ЕМІ

ДИАРЕЯ



- Асқорыту жүйесі әртүрлі ауруларының симптомы (белгісі) болып табылады. Көп жағдайда, бұл ішек инфекцияларының жедел көрінісі.
- «Диарея» ұғымы тәулігіне 3 реттен артық іштің өтуімен сипатталады (Ұлыбритания Ұлттық денсаулық сақтау қызметінің практикалық ұсыныстарында берілген анықтама).
- Диареяның жедел (5-тен 10 күнге дейін) және созылмалы (екі аптадан астам) түрлері бар.

ДИАРЕЯНЫҢ СЕБЕПТЕРІ



Жедел диарея:

- Вирустар;
- Бактериялар (сальмонеллалар, кампило-бактериялар, стафи-лококктар, ішек таяқшасы және т.б.);
- Антибиотиктерді қолдану;
- Ластанған тағам немесе су (атап айтқанда «жолаушылар диареясы»);
- Эмоционалды қобалжу немесе үрейлену;
- Алкоголь мен кофені шектен тыс тұтыну;
- Кейбір дәрілердің жанама әсері.

Созылмалы диарея

- Созылмалы аурулардың көрінісі болуы мүмкін, мысалы, диабет, панкреатит, тітіркенген ішек синдромы (спастикалық колит) және басқа да созылмалы аурулар;
- Бактериялар;
- Вирустар;
- Ішті жұмсартатын дәрілік заттардың әсері;
- Дұрыс тамақтанбау (шектен тыс кофе, тәтті тағамдар, алкоголь).



гигиенаны
сақтамау



лас су



лас
қолдар

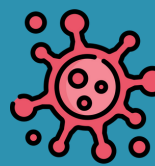
ДИАРЕЯНЫҢ СЕБЕПТЕРІ



жуылмаған
көкөністер



дәрілердің
жанама әсері



вирустар,
бактериялар
және т.б.



жолаушылар
диареясы

СУСЫЗДАНУ!!!



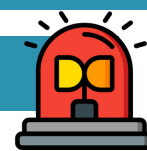
Сусызданудың алғашқы белгілері:

- аз мөлшерде зәрге отыру, қатты шөлдеу, ауздың құрғауы;
- көздің астында қара шеңберлердің пайда болуы;
- балаларда белсенділіктің төмендеуі;
- ересектерде шаршағыштықтың пайда болуы.

Сусызданудың екінші реттік белгілері:

- есеңгіреу;
- әлсіздік;
- естен тану;
- балаларда немесе жасөспірімдерде терінің эластикалық қасиетінің нашарлауы (егер теріні шымшыған кезде қалпына баяу оралуы).

СУСЫЗДАНУ ҚАНШАЛЫҚТЫ ҚАУІПТІ?



- Диарея – ағзаның тұрақтылығын қамтамасыз ететін қоректік заттар сіңірілуінің бұзылып, сұйықтық пен электролиттердің (қышқылдар, тұздар, негіздер) ағзадан жоғалуы, бұл өз алдына науқас жағдайының тез нашарлауына әкеліп соғады. Диареяның өзі симптом ретінде қауіпті емес, бірақ сусыздану және микроэлементтердің жоғалуы сияқты оның салдары өмірге өте қауіпті.

- Мұндай жағдайларда шұғыл түрде ауруханаға жатқызып, сұйықтықты жедел тамыр ішіне енгізу қажет, өйткені су мен минералдардың ағзадан жоғалуы ауыр асқынуларға әкелуі мүмкін, атап айтқанда, инфекциялық-токсикалық шок, жедел бүйрек жетіспеушілігі, пневмония, миокард инфарктісі, ми қан айналымының бұзылуы.

- Созылмалы диарея жиі дәрумендер мен минералды заттардың жетіспеушілігін тудырып, анемия сияқты ауруға әкеліп соқтырады.



ДИАРЕЯНЫҢ ЕМІ

Диарея көп жағдайда бірнеше күннің ішінде дәрі-дәрмектің көмегінсіз өтеді, себебі иммундық жүйе инфекциямен барынша күреседі

Диарея белгілерін жеңілдету үшін келесі нұсқауларды орындау ұсынылады:

- Молынан ауыз суды қабылдау сусызданудың алдын алады.
- Регидратациялық ерітінділер.** Мамандар іштің өту жиілігіне, аурудың ұзақтығына әсер етпейтін, бірақ, сусызданудан болатын ауыр зардаптардың алдын алатын, регидратациялық ерітінділерді қабылдауға кеңес береді. Регидратациялық ерітінділер су, тұз және қанттың ағзадағы тепе-теңдігін қамтамасыз етеді. Олар қарапайым ауыз суға қарағанда жақсы, ішектен ағзаға жақсы сіңеді.
- Құрамында көп мөлшерде қанты бар сусындарды ішудің қажеті жоқ, олар диареяны күшейтуі мүмкін. Мысалы, диарея тоқтағанша жеміс шырындары, кола немесе басқа да газды сусындарды ішпеңіз.
- Мүмкіндігінше сұйықтық ішіңіз (дене салмағының 1 кг салмағына кем дегенде 30 мл). Жылы минералды суды ішу, құсу кезінде өте тиімді, өйткені оны организм мүмкіндігінше сіңіреді.
- Диарея кезінде қант пен тұз сияқты маңызды қоректік заттардың жоғалтуды тоқтату өте маңызды. Науқаста құсу болғанның өзінде де, оны кішкенеде жұтып ішу керек.

Егер науқас құй болса да, аз мөлшерде сұйықтық ішкен жөн. Сұйықтықтың аз мөлшерде болса да қабылдау, мүлдем ішпегеннен әлде қайда жақсы!

- Диареяны азайту үшін адсорбенттерді қолдануға болады (белсендірілген көмір, смектит).
- Дәрігердің тағайындауынсыз бактерияларға қарсы заттарды (антибиотиктер) қолдануға болмайды!**

ДИАРЕЯҒА ҚАРСЫ ДӘРІ-ДӘРМЕКТЕР

- Қажет болған жағдайда, дәріханадан рецептсіз берілетін, диареяға қарсы препараттарды (лоперамид) жалпы жағдайды жақсарту үшін дәрігердің тағайындауымен қабылдауға болады. Бірақ, бұл препараттарды өздігінен қолдануға болмайды, өйткені ауыр жағдайлар туындатуы мүмкін.
- Диареяға қарсы препарат (лоперамид) тек симптоматикалық әсер, яғни, ішектің моторикасын әлсіретіп, ішек шырышының көптеп бөлінуіне жол бермейді. Бұл препаратты тек қана тәулігіне бір немесе екі рет эмоционалды диарея кезінде және жолаушылар диареясы кезінде қолдануға рұқсат.

NB! Лоперамидті нәжісте қан және дене қызуы көтерілумен жүретін диарея кезінде қолдануға болмайды. Дәрілік зат балаларға, жүкті және бала емізетін әйелдерге диареяға қарсы көрсетілген. Бұл жағдайда тек дәрігердің көмегіне жүгіну қажет!

МАТЕРИАЛДЫ ДАЙЫНДАҒАНДАР:

Макалкина Л.Г., м.ғ.к., PhD, MD, "АМУ" КеАҚ клиникалық фармакология кафедрасының доценті
Алдиярова Н.Т., м.ғ.д., ассоциирленген профессор, клиникалық фармаколог
Ихамбаева А.Н., медицина магистры, MD, клиникалық фармаколог
Оспанова А.А., MD, клиникалық фармакология кафедрасының резиденті