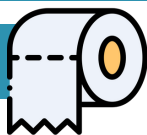


ДИАРЕЯНЫҢ ЕМІ

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, стафилококктар, 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).

ДИАРЕЯНЫҢ СЕБЕПТЕРІ



гигиенаны сақтамау

лас су



лас қолдар



жуылмаған көкөністер



дәрілердің жанама әсері

вирустар, бактериялар және т.б.



жолаушылар диареясы



СУСЫЗДАНУ!!!



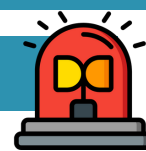
Сусыздандудың алғашқы белгілері:

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

Сусыздандудың 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:

- Мольнан ауыз суды қабылдау сусыздандудың алдын алады.
- **Регидратациялық ерітінділер.** Мамандар іштің өту жиілігіне, аурудың ұзақтығына әсер етпейтін, бірақ, сусыздандудан 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 кішкене 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.

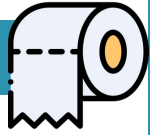
NB! Лоперамидті нәжісте қан және дене қызуы көтерілумен жүретін диарея кезінде қолдануға болмайды. Дәрілік зат балаларға, жүкті және бала емізетін әйелдерге диареяға қарсы көрсетілген. Бұл жағдайда тек дәрігердің көмегіне жүгіну қажет!

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

ЛЕЧЕНИЕ ДИАРЕИ

ДИАРЕЯ



- Симптом различных заболеваний пищеварительной системы. Чаще всего является острым проявлением кишечных инфекций.
- Понятие «Диарея» определяется как жидкий стул более 3 раз в день (по данным практических рекомендаций Национальной службы здравоохранения Великобритании).
- Различают острую (от 5 до 10 дней) и хроническую (более двух недель) диарею.

ПРИЧИНЫ ДИАРЕИ



Острая диарея:

- Вирусы;
- Бактерии (сальмонеллы, кампилобактерии, стафилококки, кишечная палочка и др.);
- Применение антибиотиков;
- Загрязненная пища или вода (т.н. «диарея путешественника»);
- Эмоциональные расстройства или тревога;
- Чрезмерное употребление алкоголя или кофе;
- Побочное действие некоторых лекарственных средств.

Хроническая диарея

- Может быть проявлением хронических скрытых заболеваний, например, диабет, панкреатит, синдром раздраженной кишки (спастический колит) и др. хронические заболевания;
- Бактерии;
- Вирусы;
- Действие слабительных средств;
- Неправильное питание (много кофе, сладостей, алкоголя).



нарушение правил гигиены



грязная вода



грязные руки

ПРИЧИНЫ ДИАРЕИ



немытые овощи



побочные эффекты лекарств



вирусы, бактерии и т.д.



диарея путешественника

ОБЕЗВОЖИВАНИЕ!!!



Первичными признаками обезвоживания являются следующие симптомы:

- небольшое количество мочи, сильная жажда, сухость во рту;
- темные круги под глазами;
- снижение активности у детей;
- переутомление у взрослых.

Вторичным, более серьезными признаками обезвоживания являются:

- спутанность сознания;
- слабость;
- обморок;
- недостаточная эластичность кожи у ребенка или молодых людей (кожа медленно возвращается в нормальное положение, если ее сдавить или ущипнуть).

НАСКОЛЬКО СЕРЬЕЗНО ОБЕЗВОЖИВАНИЕ?



- Следует помнить, что диарея — это потеря жидкости и электролитов (кислоты, соли, основания), нарушение всасывания питательных веществ и других ингредиентов, обеспечивающих гомеостаз организма, которая может привести к быстрому ухудшению состояния больного. Сам по себе понос, как симптом, не опасен, но опасны последствия в виде обезвоживания и потери микроэлементов.
- В этих случаях необходима срочная госпитализация, с немедленным внутривенным введением жидкости, так как потеря воды и солей может дать тяжелые осложнения - инфекционно-токсический шок, острую почечную недостаточность, пневмонию, инфаркт миокарда, нарушение мозгового кровообращения.
- Хроническая диарея часто вызывает витаминную недостаточность и дефицит минералов, что может повлечь за собой такое заболевание, как анемия.



ЛЕЧЕНИЕ ДИАРЕИ

Диарея часто проходит без медикаментозного лечения в течение нескольких дней, т.к. иммунная система самостоятельно борется с инфекцией.

Для облегчения симптомов диареи, рекомендуем выполнить следующие действия:

- Обильное питье, которое предотвращает обезвоживание.
- **Регидратационные растворы.** Специалисты рекомендуют принимать регидратационные растворы, которые не уменьшают частоту стула, не укорачивают продолжительность заболевания, однако, позволяют предотвратить тяжелые последствия, обусловленные дегидратацией. Регидратационные растворы обеспечивают идеальный баланс воды, соли и сахара. Они лучше простой питьевой воды, лучше всасываются из кишечника в организм.
- Не нужно давать напитки, содержащие большое количество сахара, так как они могут усилить диарею. Например, избегайте фруктовых соков, колы или других газированных напитков, пока понос не прекратится.
- Употребляйте как можно больше жидкости (не менее 30 мл на 1 кг массы тела). Особенно эффективна теплая минеральная вода при рвоте, так как она максимально усваивается организмом.
- При диарее, очень важно возмещать потерю важных питательных веществ и соли.
**Даже если у больного рвота, рекомендуется пить его небольшими порциями (маленькими глотками).
Небольшое количество жидкости, это лучше, чем ничего!**
- Для уменьшения диареи могут быть использованы адсорбенты (уголь активированный, смектит).
- **Нельзя применять противомикробные препараты (антибиотики) без назначения врача!**

АНТИДИАРЕЙНЫЕ ПРЕПАРАТЫ

- При необходимости, можно использовать безрецептурные противодиарейные препараты (лоперамид) для временного облегчения состояния по назначению врача. Самостоятельное применение не рекомендуется, т.к. они могут вызвать более серьезные нарушения.
- Антидиарейное лекарство (лоперамид) оказывает симптоматическое действие, за счет ослабления моторики кишечника, и снижения гиперсекреции слизи в кишечнике. Данный препарат можно применять один или два раза в день при эмоциональной диарее или диарее путешественников.

НВ! Лоперамид нельзя применять при появлении крови в кале и при высокой температуре. Антидиарейные препараты противопоказаны детям, беременным и кормящим женщинам. В этих случаях необходима консультация врача!

МАТЕРИАЛ ПОДГОТОВИЛИ:

Макалкина Л.Г., к.м.н., PhD, MD, доцент кафедры клинической фармакологии НАО "МУА"
Алдиярова Н.Т., д.м.н., ассоциированный профессор, клинический фармаколог
Ихамбаева А.Н., магистр медицины, MD, клинический фармаколог
Оспанова А.А., MD, резидент кафедры клинической фармакологии НАО "МУА"