

Е. А. АНФИМОВА, Т. В.
КАМЧАТОВА

ЗАБОЛЕВАНИЯ
ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ
ЖЕЛЕЗЫ.
СОВРЕМЕННЫЙ
ВЗГЛЯД НА
ЛЕЧЕНИЕ И
ПРОФИЛАКТИКУ

Советует доктор: тактика и стратегия здоровья

Елена Анфимова

**Заболевания поджелудочной
железы. Современный взгляд
на лечение и профилактику**

ИГ "Весь"

2014

УДК 616
ББК 53.51+53.59+54.132

Анфимова Е. Р.

Заболевания поджелудочной железы. Современный взгляд на лечение и профилактику / Е. Р. Анфимова — ИГ "Весь", 2014 — (Советует доктор: тактика и стратегия здоровья)

ISBN 978-5-9573-0398-5

Весит 80 грамм, имеет голову, тело и хвост, располагается на 5–10 см выше пупка, по форме напоминает букву S. Это наша поджелудочная железа. В этой книге вы прочтете о том, какие бывают заболевания поджелудочной железы, какие факторы подготавливают болезнь, почему порой мы сами «программируем» себя на недуг. Вы также сможете узнать о том, как защитить детей от подобных заболеваний. Касаясь современных методов лечения, авторы рассказывают как о традиционных способах, так и об альтернативных. Среди последних ваше внимание привлекут эффективная дыхательная гимнастика, Су-Джок терапия, массаж «Счастье ног» и др... Однажды для Михаила, героя этой книги, обильное застолье после праздника 8 марта закончилось больницей. Острый панкреатит. Что было дальше? Начинайте читать! Для широкого круга читателей.

УДК 616

ББК 53.51+53.59+54.132

ISBN 978-5-9573-0398-5

© Анфимова Е. Р., 2014

© ИГ "Весь", 2014

Содержание

Предисловие к серии	6
Предисловие научного редактора	8
Введение	9
Глава 1	10
История одной болезни	11
Строение поджелудочной железы	12
Зачем она нужна?	13
Причины болезни	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15



Елена Анфимова, Татьяна Камчатова
Заболевания поджелудочной
железы. Современный взгляд
на лечение и профилактику

Словесное обозначение «Советует доктор» является зарегистрированным товарным знаком.

Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

Научный консультант – врач М. А. Привалова

Предисловие к серии

Дорогие читатели!

Издательская группа «Весь» представляет вам новую серию книг – «Советует доктор: тактика и стратегия здоровья».

Вполне возможно, что сочетание военных терминов с самым что ни на есть «мирным» словом «здоровье» покажется вам, на первый взгляд, не совсем уместным. Однако попробуем убедить вас в обратном: если вдуматься, то в любой сфере человеческой деятельности найдутся свои Александры Суворовы...

Итак, что подразумевается под стратегией здоровья, основополагающие принципы которой сформировались еще в глубокой древности?

Первый из этих принципов: здорова и радостна душа человека – здорово и его тело.

Второй: человеческий организм – единое целое, на котором отражаются любые, даже незначительные «поломки» отдельных его частей.

И третий: если человек нездоров – значит, он неправильно живет.

Вывод отсюда, согласитесь, напрашивается очень простой: **стратегия здоровья – это прежде всего здоровый образ жизни** (навыки личной гигиены, рациональное питание, физическая активность, отдых, разумные способы релаксации, отсутствие вредных пристрастий и т. д.), **а также наши позитивные мысли и эмоциональный настрой**. Иными словами – это разумное, бережное и любовное отношение к себе и своему организму – с ним необходимо найти общий язык, научиться понимать сигналы, которые он нам регулярно подает. Важно помнить, что наш организм обладает поистине удивительной способностью к самовосстановлению и огромным запасом прочности, однако при варварских способах его эксплуатации, которыми грешат многие из нас, и этот запас, увы, довольно рано сходит на «нет».

В последнее время российским читателям предлагается немало интересных книг, посвященных комплексным оздоровительным системам и методикам. Так что необходимости начинать разработку своей собственной стратегии здоровья с нуля у вас, дорогие читатели, нет. Вникайте, оценивайте, сопоставляйте со своим опытом – и выбирайте то, что подходит именно вам. Нет никакого сомнения в том, что каждый человек может сделать для укрепления своего здоровья очень и очень многое – мы чаще всего колоссально недооцениваем свои собственные возможности.

Теперь – **о тактике здоровья**. Что под ней подразумевается? Конкретные средства, методы, способы профилактики и лечения тех или иных недугов. Тактика, как известно, занимает подчиненное положение по отношению к стратегии, то есть при отсутствии последней разрабатывать какую-либо тактику и надеяться на исцеление вообще бессмысленно. Проще говоря – если вы, например, лечитесь от хронического гастрита и при этом продолжаете перекусывать жареными пончиками с пепси-колой, завершая этот «акт» приема пищи сигаретой, то ваши «оздоровительные» усилия тщетны. И негодование в адрес врачей, которые «не могут вас вылечить», в подобных случаях более чем несправедливо.

Думается, вы согласитесь с тем, что вообще взаимоотношения медиков и пациентов в наше время трудно назвать идиллическими. Пациенты повсеместно хулят врачей, на которых, тем не менее, возлагают обычно всю ответственность за свое излечение. Многие больные, проглотив пару-тройку дней прописанные таблетки и зачастую пренебрегая при этом другими, более сложными процедурами, заявляют, что «от лечения нет никакого толку». В свою очередь, большинству врачей, пытающихся сохранить верность своей профессии и свести концы с концами в условиях кризиса системы здравоохранения, выход из которого по-прежнему не просматривается, трудно отвечать на претензии пациентов усилением внимания к ним.

Вот такая вот ощущается конфронтация, полоса отчуждения... И ни к чему хорошему она, конечно, не приводит. А между тем, шаги навстречу друг другу пошли бы на пользу и той, и другой стороне. Давно доказано, что чем активнее и осмысленнее участвует больной в процессе исцеления, чем сильнее его желание вылечиться, тем вероятнее успех. И может быть, некоторым нашим докторам не помешало бы более терпимое отношение к просвещенным в области медицины пациентам, информированность которых их раздражает и даже шокирует, как некое посягательство на их профессионализм. Хотя почему, собственно говоря, больной не имеет права знать, с чем связано назначение ему именно этого, а не иного лечения, каково его действие на организм, в чем преимущества и т. д.?

Стратегия и тактика здоровья – общее дело врачей и пациентов: чему больше между ними взаимопонимания, тем успешнее оно осуществляется. Без докторов нам, само собой разумеется, никак не обойтись – врач остается главной фигурой в лечебном процессе. Вот почему нам особенно приятно, что книги этой серии, посвященной профилактике и лечению заболеваний определенных систем и органов, – результат творческого содружества журналистов и врачей, которые считают, что популяризация медицинских знаний – затея отнюдь не праздная. В роли авторов-составителей этих изданий выступили журналисты, специализировавшиеся в области медицинской тематики и попытавшиеся изложить в наиболее полном объеме именно тот материал, который интересен и полезен для пациентов. Незаменимую помощь в этом им оказали врачи-специалисты, которые делились информацией, своим практическим опытом, помогли расставить правильные акценты, оценивали работу с точки зрения научной достоверности и актуальности.

Издательская группа «Весь» выражает благодарность всем врачам-специалистам, участвовавшим в подготовке серии книг «Советует доктор: тактика и стратегия здоровья». Очень надеемся на продолжение плодотворного сотрудничества.

Предисловие научного редактора

«Заболевания поджелудочной железы. Современный взгляд на лечение и профилактику» – результат плодотворного сотрудничества врачей, народных целителей и журналистов.

Достоинство этой книги, в первую очередь, состоит в широком освещении вопросов диетического питания при заболеваниях поджелудочной железы. Кроме того, здесь рассказано о возможностях их лечения нетрадиционными методами с привлечением фитотерапии, нотации (лечение минеральными водами), озокеритотерапии, массажа и других. Очень важно то, что в отдельную главу выделены методы лечения болезней поджелудочной железы у детей.

Книга написана легко, доступно, не изобилует специальными медицинскими терминами.

Она будет интересна как специалистам, так и широкому кругу читателей. Однако прежде, чем воспользоваться приведенными здесь советами или рецептами, проконсультируйтесь с врачом. Помните: каждый человек индивидуален, одни и те же лекарства действуют на людей по-разному.

Будьте здоровы!

Врач *М. А. Привалова*

Введение

С каждым годом все больше и больше людей на нашей планете страдают заболеваниями поджелудочной железы. Статистика заболеваний наводит на печальные размышления. По последним сведениям, в крупных городах Европы ежегодно на каждые 100 тысяч населения выявляются от 4 до 30 больных острым и хроническим панкреатитами, раком поджелудочной железы – 10 человек, а в Японии – 4–8. В Соединенных Штатах Америки каждый год раком поджелудочной железы заболевают около 28 тысяч человек. Таковы неутешительные цифры бесстрастных статистических сводок.

Панкреатология – раздел медицины, изучающий болезни поджелудочной железы – является одной из наиболее молодых и при этом очень сложных областей науки. Может быть, поэтому популярных книг по профилактике и лечению болезней поджелудочной железы, рассчитанных на массового читателя, не так уж и много.

В своей книге мы попытались доходчиво рассказать вам о строении и функциях поджелудочной железы, природе и характере ее заболеваний, заострить ваше внимание на факторах риска, познакомить с последними достижениями в профилактике и лечении патологий этого органа, объяснить, как народные целители борются с недугами, поражающими железу.

Последняя глава книги посвящена вопросам, которые чаще всего возникают у тех, кто столкнулся с проблемами, связанными с поджелудочной железой.

Мы надеемся, что «Заболевания поджелудочной железы. Современный взгляд на лечение и профилактику» станет настольной книгой для каждого, кто ответственно относится к своему здоровью.

Е. Р. Анфимова, Т. В. Камчатова

Глава 1

Острый панкреатит. Гром среди ясного неба

Есть такая известная шутка: каждый человек считает, что он может прекрасно управлять государством, воспитывать детей и лечить больных. Как говорится, в каждой шутке есть доля правды. Поэтому, сидя перед телевизором, мы обычно бываем страшно недовольны работой нашего парламента, представляя, что на месте депутатов все сделали бы совсем иначе. А слушая рассказы своих знакомых об их «трудновоспитуемых» детях, обычно посмеиваемся про себя – очень уж много вы с ними цацкаетесь. Проблемы со своими отпрысками кажутся нам гораздо более достойными внимания. Ну и, конечно же, каждый из нас где-то в глубине души считает себя эскулапом милостью Божьей. Сходишь на прием к врачу, уйдешь из кабинета со стопкой рецептов, а дома достанешь медицинские справочники и давай проверять, правильное лечение тебе назначили или нет. Обычно получается – неправильное!

Вот и я¹ до недавних пор считала себя человеком, в медицине достаточно подкованным.

Во всяком случае, советы родным и близким раздавала направо и налево – когда какое лекарство принять, какую диету выбрать, как провести очистку организма. Да мало ли что еще! Нет ничего проще, чем дать такой совет. Недаром же все мы родом из страны Советов. Но вот получилось так, что, как говорится, клюнул меня жареный петух, и почувствовала я себя совсем беспомощной и, увы, в медицине несведущей. А советчиков в тот момент рядом не оказалось. Но, может быть, оно и к лучшему...

¹ Повествование от первого лица ведет Е. Р. Анфимова. – *Примеч. ред.*

История одной болезни

Наступил праздник 8 Марта. Мы с мужем любим обильные застолья, обожаем гостей, долгие посиделки с разговорами чуть ли не за полночь. Уж если праздник, так праздник! Стол у нас дома обычно ломится – тут тебе и гусь, зарумяненный в духовке, и скворчащая в гусином жиру кислая капуста, и жареная картошечка, и салаты... Да что перечислять! У нас из-за стола никто голодным не встает, наедаются до отвала. Да и со спиртным проблем нет – и водка на столе, и вино, а кто хочет, может пивком побаловаться, нет проблем.

Вот и в тот злополучный день собрались у нас гости. Часов восемь за столом сидели. И вдруг вижу: мой муж Михаил побледнел и бочком, бочком из-за стола. Я сначала не беспокоилась – мало ли, перепил слегка человек, выйдет на балкон, подышит свежим воздухом и оклемается. Но потом смотрю: что-то долго нет моего Миши. Пошла в спальню, а он там на кровати согнулся крючком, лицо красное, на лбу пот выступил. Я перепугалась: «Что с тобой?!» А муж и ответить толком не может, только за живот руками держится.

Это было как гром среди ясного неба. Жили, что называется, не тужили, и вдруг такая неприятность. Пришлось среди общего веселья «скорую» вызывать. Впрочем, всем нам уже не до веселья было.

В общем, отправился мой муж прямо из-за праздничного стола в больницу. Врачи сказали, что у него острый панкреатит. Что это за болезнь? Откуда? Почему вдруг именно с Михаилом такая неприятность приключилась? Вот тогда-то и стало мне ясно, что ничего я в медицине не смыслю. Врач «скорой» мне сказал, что панкреатит – это воспаление поджелудочной железы. А я об этой железе единственное знаю, что она находится под желудком. Недаром же ее так назвали.

Строение поджелудочной железы

Я достала медицинские справочники и стала читать про строение поджелудочной железы и ее заболеваниях, да только написано все это для врачей, а не для простого человека. И тогда я решила расспросить про эту самую железу соседку – врача Татьяну Семеновну. Вот что она мне рассказала.

Оказывается, первыми о существовании поджелудочной железы узнали древние греки. «Pancreas» (по-гречески – поджелудочная железа) состоит из слов «pan», что значит «весь», и «creas» – мясо (по цвету и консистенции она напоминает сырое мясо). Древние считали ее очень важным органом, но не понимали, зачем этот орган нужен. Лишь со временем исследователи установили, каковы функции поджелудочной железы в организме.

Первые сведения о заболеваниях поджелудочной железы, в частности, абсцесса, появились в середине XVII века. Вскоре медики установили, что железа может воспаляться, и назвали эту патологию панкреатитом. Довольно долгое время панкреатит считался смертельным заболеванием из-за многочисленных осложнений, а его диагностирование – практически невозможным. Для того чтобы говорить о различных заболеваниях поджелудочной железы, надо знать, что она собой представляет, как устроена.

Это пищеварительная железа. Находится она позади и чуть ниже желудка, ближе к позвоночнику на уровне верхних поясничных позвонков. Располагается поперечно, как бы пересекая позвоночник, говоря медицинским языком, в надчревной и левой подреберной области, на 5-10 см выше пупка и напоминает лежащую букву S.

Строение поджелудочной железы очень необычное: она имеет головку, тело и хвост. Между головкой и телом находится узкая часть, которая называется шейкой. Длина железы у взрослого человека – от 16 до 22 см, толщина 2–3 см, а весит она около 80 г.

Поджелудочная железа имеет альвеолярно-трубчатое строение. Она заключена в капсулу из соединительной ткани, от которой внутрь отходят перегородки, делящие ее на дольки. Эти дольки состоят из железистой ткани и системы выводных протоков. В дольках расположены клетки железы, вырабатывающие панкреатический сок. Протоки долек соединяются в более крупные, объединяясь в конечном счете в общий выводной проток.

Поджелудочная железа состоит из эндокринной и экзокринной частей. Эндокринную часть образуют островки Лангерганса (панкреатические островки), которые представляют собой клеточные скопления, окруженные сетями капилляров. Диаметр каждого из островков составляет 0,1–0,3 мм, их общее количество колеблется от 1 до 2 миллионов, а масса не превышает сотой части массы самой железы. Островки Лангерганса выделяют гормоны глюкагон и инсулин. Глюкагон повышает, а инсулин понижает уровень сахара в крови. Островки Лангерганса имеются во всех отделах поджелудочной железы, но больше всего их в области хвоста.

Экзокринные клетки железы вырабатывают панкреатический сок, в котором содержатся трипсин и химотрипсин, а также амилазу, гликозидазу, галактозидазу, липазу и другие ферменты, необходимые для переваривания белков, жиров и углеводов.

К головке поджелудочной железы прилегает двенадцатиперстная кишка. Тело органа спереди покрыто брюшиной, хвост находится рядом с селезенкой. По всей длине поджелудочной железы проходит выводной панкреатический, или вирзунгов, проток. Он открывается в то же устье, что и общий желчный проток на сосочке двенадцатиперстной кишки. Диаметр панкреатического протока составляет в головке железы 3–5 мм, в теле – 2–3,5, а в хвосте – 1–2,4 мм. Вокруг железы расположено множество кровеносных и лимфатических сосудов.

Поскольку поджелудочная железа находится в тесном соседстве с желчными путями и двенадцатиперстной кишкой, она страдает, если в этой зоне возникают какие-либо неполадки.

Зачем она нужна?

Ликбез со мной Татьяна Семеновна проводила около часа, и к концу нашей беседы я уже плохо соображала, о чем идет речь, потому что, увлекшись, соседка забыла, что разговаривает не с медиком, и начала «вворачивать» непонятные латинские словечки, рассказывать про какие-то верхние брыжеечные сосуды, листки большого сальника, пристеночную брюшину и прочие вещи, непонятные, да, впрочем, наверное, мне и не нужные. Поэтому я вежливо прервала доктора и попросила объяснить, зачем вообще нужна поджелудочная железа?

Татьяна Семеновна округлила глаза: то есть как это – зачем? Пришлось признать, что в медицине я – полный профан. Соседка тяжело вздохнула и продолжила свою лекцию. Конечно, обойтись без специальных терминов она не могла, но я постараюсь передать ее рассказ, сведя их до минимума.

Одна из главных функций поджелудочной железы – выработка панкреатического сока, который нужен для переваривания пищи. Наибольшее количество этого сока у нас выделяется на углеводную пищу, чуть меньше – на белковую, а еще меньше – на жирную. Сок содержит четыре фермента, необходимых для пищеварения: амилазу, превращающую крахмал в сахар, трипсин и химотрипсин, расщепляющие белок, и липазу (расщепляет жиры). Клетки железы выделяют и специальный фермент, который защищает их от самопереваривания.

Несмотря на свои небольшие размеры, поджелудочная железа в сутки выделяет от 1 до 4 А панкреатического сока, который по мелким выводным протокам поступает из долек в главный проток, впадающий в двенадцатиперстную кишку. Состав сока меняется в зависимости от того, что человек поел, выделяться он начинает через 1–3 минуты после еды и заканчивает через 6–10 часов. Панкреатический сок на 98 % состоит из воды, остальные 2 % приходятся на ферменты.

На прощанье Татьяна Семеновна сказала, что поджелудочная железа тесно связана с другими органами пищеварения. На ее работу влияют гормоны, которые вырабатываются пищеварительным трактом – секретин, панкреозимин, гастрин, а кроме того, гормоны щитовидной и паращитовидной желез, гипофиза и надпочечников. Самое частое заболевание поджелудочной железы – острый панкреатит, который, если его как следует не лечить, может перейти в хронический. А при нарушении выработки инсулина клетками островков Лангерганса может развиваться сахарный диабет. Гораздо реже встречаются атрофия поджелудочной железы, ее жировой некроз, кисты, склероз, абсцессы. К сожалению, в последнее время во всем мире участились случаи рака поджелудочной железы. Я поблагодарила соседку за беседу. Мне казалось, что теперь я знаю о поджелудочной железе все. Однако это мне лишь казалось.

Если вопрос о расположении и строении этого органа разъяснился, то о его заболеваниях я по-прежнему ничего не знала. Почему же поджелудочная железа начинает давать сбои? Что нужно делать, чтобы их избежать? И уж если приключилась такая неприятность, что делать, как лечиться? И еще много-много «почему» и «как»... Выпишется Михаил из больницы, думала я, нужно будет что-то менять в нашей жизни, чтобы больше он туда не попадал. Но что?

Для того чтобы ответить на все эти мучавшие меня вопросы, я несколько раз ходила на беседы к Мишиному лечащему врачу, а потом засела за книги, начала искать все, что касается заболеваний и лечения поджелудочной железы. Однако не каждый человек, столкнувшийся с подобной проблемой, сумеет найти и освоить такое огромное количество новой информации, прочитать те горы литературы, которые прочитала я. Поэтому мне и пришло в голову написать одну небольшую книжку, которая станет значительным подспорьем людям, страдающим заболеваниями поджелудочной железы, и их родственникам. Но, прислушиваясь к моим рекомендациям, не забывайте, что первый советчик и помощник в лечении любой болезни – все-таки врач.

Причины болезни

Говорят, чтобы победить врага, нужно знать о нем как можно больше. И это, конечно, правильно. Поэтому для того, чтобы борьба с болезнью не велась вслепую, необходимо досконально ее изучить. Не стоит сидеть сложа руки и надеяться лишь на врача. Недуг отступает быстрее, когда с ним борются одновременно врач, сам больной и его родственники. Что же касается панкреатита, как острого, так и хронического, то здесь эта истина верна вдвойне. Как часто родственники уговаривают больного (или выздоравливающего) нарушить диету или даже выпить рюмочку, что при панкреатите крайне опасно. Именно родственники должны обеспечить больному возможность 5–6 раз в день есть нежирные протертые или измельченные блюда, приготовленные на пару или запеченные. Именно они должны следить за тем, чтобы еда не была слишком холодной или горячей. Ведь диета при панкреатите назначается не по прихоти лечащего врача. Она необходима, чтобы разгрузить поджелудочную железу, помочь ей восстановиться, помочь работе желудка и кишечника, которые тоже страдают при этом заболевании.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.