Автор: http://www.jlady.ru/
05.06.2012 11:52 - Обновлено 16.05.2018 14:02



Одно из самых часто встречающихся на сегодняшний день заболеваний – это гастрит.

Причем одинаково часто встречается как хронический, так и острый гастрит – обе формы течения заболевания. Увы, но на сегодняшний день гастрит встречается примерно у половины всего населения земного шара. И для того чтобы справиться

с
этой
напастью
,
нужно
точно
знать
,
чего
ожидать
.
Можно
ли
предотвратить
появление
гастрита
? И что
делать
,
если
заболевания
избежать
все
же
не
удалось
?
Какие
бывают
виды
гастрита
?
Именно
об
этом
и
пойдет
речь
ниже
.

Консультация www.маммолог.онлайн

Консультация www.венеролог.онлайн

Что же такое гастрит ? Врачи называют этим термином явление, при котором в в оспалительный процесс вовлекается слизистая оболочка , устилающая полость желудка . Это, собственно говоря , и есть гастрит . Как уже говорилось немного выше , гастрит может иметь две формы течения – острую и хроническую :

- Острый гастрит

В том случае, если единственной причиной развития гастрита стало кратковременное воздействие на слизистую оболочку желудка

тех или иных веществ, врачи говорят про
острый
гастрит
. Чаще
всего
это происходит из-за приема большой дозы алкоголя, пищевого отравления, некоторых медикаментов, острых продуктов питания, попадания в желудок средств бытовой химии. Как правило, у детей
гастрит
может
развиться,
если
малыш решит попробовать химические вещества
на
вкус. В данном случае поражается только
слизистая
оболочка
желудка
. Этот
гастрит
также
может
стать причиной развития хронической
формы
заболевания
.

- Хронический гастрит

В том же случае, если имеет место хроническая форма гастрита, развивается она постепенно – весьма длительное время гастрит может и вовсе не давать знать о себе. А патологические изменения, которые влечет за собой гастрит, в данном случае гораздо серьезнее и глубже. Слизистая оболочка желудка подвергается дистрофическим изменениям, секреция желудочного сока нарушается – снижается уровень пищеварительных ферментов, а также защитной слизи. И, как результат, гастрит становится последним звеном самой настоящей замкнутой цепи. Гастрит – ухудшение работы желудка, выделения секрета, защитной слизи – снова гастрит, уже как следствие этих нарушений.

Причины возникновения гастрита

Как и абсолютно любое другое заболевание, гастрит никогда не возникает просто так, на пустом месте. Обязательно существует какая-либо веская причина, спровоцировавшая гастрит. Причем сам больной человек может даже не догадываться о ней, как, впрочем, и о том, что у него гастрит. Врачи выделяют две основных группы причин, провоцирующих развитие хронического гастрита. И первая группа – это экзогенные факторы. К ним относится:

- Нарушение режима питания

К огромному сожалению, в наше время ритм жизни диктует свои условия. Но он же и провоцирует гастрит. У современного человека далеко не всегда получается придерживаться нормального режима питания. Обильный ужин, «перекусы» в течение дня, фаст-фуд. Знакомо, не правда ли? И как результат – желудок рано или поздно начинает «бунтовать» против такой несправедливости. И в лучшем случае человек сталкивается с пресловутым гастритом.

- Систематическое употребление определенных продуктов

В том случае, если здоровой пище вы предпочитаете не очень полезную, пусть и вкусную, еду – например, копченые колбасы, острые и пряные продукты, алкогольные и газированные напитки, кофе, то риск лично узнать, что такое гастрит, возрастает в разы. Поэтому все же постарайтесь свести употребление подобных продуктов к минимуму, если не можете полностью отказаться от них. Поверьте, ваш желудок обязательно скажет вам «спасибо», а гастрит обойдет вас стороной.

- Курение

Как ни странно, но зачастую виновником того, что развивается гастрит, становится не что иное, как сигарета. У курящего человека в желудок систематически попадают не только никотин и смолы, но и прочие продукты горения. А все они очень сильно раздражают слизистую оболочку желудка, провоцируя гастрит. Так что в том случае, если вы обладаете этой вредной привычкой, помните об этом факторе – гастрит может настичь вас.

- Употребление фармакологических препаратов

Существует ряд медикаментов, длительное применение которых может привести к тому, что разовьется гастрит. К таким лекарствам, например, относятся хлорид калия, некоторые успокоительные средства. Как правило, врачи предупреждают больного человека, назначая те или иные лекарства. Однако перестрахуйтесь и сами внимательно перечитайте аннотацию к препарату. Предупредите медиков, что у вас хронически гастрит – врач заменит лекарственное средство. Да и в том случае, если острый гастрит уже начался, врача необходимо поставить в известность в первую очередь.

- Работа с вредными веществами

В некоторых случаях гастрит развивается у тех людей, которые работают с вредными веществами – пыль, пары кислот и щелочей. Хотя, справедливости ради, следует отметить, что подобное встречается крайне редко. Но все же нельзя упускать из виду подобный фактор, рассказывая про гастрит.

Итак, с первой группой факторов риска мы разобрались. Настало время поговорить о второй группе, провоцирующей гастрит – эндогенных факторах. К ним врачи относят:

- Нервное напряжение

Всем известно выражение «Все болезни от нервов». И доля истины в этом действительно есть. И причем немалая. И гастрит не стал исключением из этого правила. Очень часто гастрит развивается именно у тех людей, которые постоянно находятся в состоянии нервного напряжения. Причем, что весьма удивительно, далеко не всегда это напряжение бывает вызвано негативными эмоциями. Позитивные эмоции также являются достаточно сильным потрясением для организма человека. Поэтому старайтесь сохранять спокойствие в любых ситуациях – гастрит вам ни к чему. Тем более что гастрит – не самая страшная цена за потраченные нервные клетки.

- Хронические заболевания

Причем практически во всех случаях речь идет о хронических патологиях именно эндокринной системы. Именно из-за них порой и развивается гастрит. В том случае, если вы или ваши близкие страдаете от таких заболеваний, как, например, гипотиреоз, сахарный диабет, тиреотоксикоз, вы должны быть особо внимательными к состоянию своего желудка – гастрит не дремлет.

- Авитаминоз

Авитаминоз – явление весьма неприятное для всего организма. В том числе и для желудка. Особенно часто гастриты развиваются в том случае, если в организме человека ярко выражена нехватка витамина В 12 и железа. Гастрит практически гарантирован.

Как правило, чаще всего при обследовании больного гастритом человека врачи выявляют наличие и тех, и других факторов. Именно их совокупность и становится своеобразным пусковым механизмом для развития гастрита. Поэтому при наличии хотя бы одного из факторов риска необходимо быть особенно внимательными к своему здоровью.

Симптомы заболевания

Симптомы гастрита во всех случаях достаточно типичны и легко узнаваемы. Однако помните о том, что в случае хронического гастрита симптомы могут появиться далеко не сразу – бессимптомный период может длиться весьма солидный промежуток времени, порой до года. И зачастую хронический гастрит врачи обнаруживают совсем случайно, во время обследования по поводу каких-либо иных заболеваний. И когда на гастрит ровным счетом ничего не указывает. Кстати говоря, подобный гастрит наиболее коварен и опасен для здоровья.

Но в большинстве случаев симптомы гастрита все же имеют место. И для того чтобы вовремя заметить проблему и начать лечение, знать гастрита симптомы все же обязательно. Итак, признаки гастрита:

- Изжога, отрыжка, срыгивание у детей
- Неприятный привкус во рту, чаще всего кислый.
- Нарушение пищеварения – вздутие живота, запоры или поносы.

Конечно же, совершенно необязательно, чтобы все эти симптомы наблюдались одновременно. Однако наличие уже двух и более подобных симптомов – это повод для беспокойств и, соответственно, для обращения за помощью к врачу. Только он может достоверно диагностировать гастрит.

Ну и, конечно же, одним из главных признаковых гастрита являются болевые ощущения. Как правило, боль ощущается либо в подложечной области, либо справа, в подреберье, но гораздо реже. Чаще всего боль во время гастрита появляется вскоре после приема пищи. Хотя временные рамки могут быть весьма разными – от 10 минут до получаса.

Сами болевые ощущения тупые, ноющего характера. Однако в случае острого гастрита возможна и весьма интенсивная боль, подобная той, которая возникает при язвенной болезни. Эта боль буквально выбивает человека из привычной колеи. Помимо боли в подложечной области больные люди отмечают распирание, тяжесть – одним словом, значительный дискомфорт. В том случае, если вы заметили у себя симптомы гастрита, обязательно обратитесь к врачу.

Лечение гастрита

Очень часто люди совершают одну и ту же ошибку – полагают, что гастрит является несерьезным заболеванием. А значит, и лечить гастрит не собираются. Однако этого делать нельзя – в противном случае очень быстро признаки гастрита плавно перетекут в симптомы язвенной болезни. Согласитесь, весьма неприятная перспектива, гораздо худшая, чем гастрит.

На сегодняшний день существуют достаточно эффективные способы лечения гастрита – как хронического, так и острого. Конечно же, лечение гастрита лекарствами должен назначать только врач. Но вы можете лечить болезнь и другими методами. Разумеется, заранее посоветовавшись со своим врачом и получив его согласие. Ведь очень многое зависит и от того, каковы были причины гастрита.

- Диетотерапия

Ни одни самые современные лекарства не смогут победить эту болезнь, если не соблюдается необходимая диета, показанная при гастрите желудка. Причем соблюдать ее необходимо не только тогда, когда у больного человека приступ гастрита, а постоянно, сделав ее образом своей жизни. Только так гастрит можно победить и не допустить новых рецидивов. Да и профилактика гастрита без нее просто невозможна. Диетотерапия состоит из нескольких основных принципов:

- Пережевывание пищи

На такую мелочь, как пережевывание пищи, редко кто обращает хоть какое-то внимание. И очень зря – очень часто заболевание именно поэтому и возникает. Для того чтобы предотвратить болезнь и вылечить гастрит, необходимо очень тщательно пережевывать пищу, так как крупные кусочки оказывают очень сильное раздражающее воздействие на слизистую оболочку желудка. Каждый кусочек пищи нужно пережевывать как минимум 15 раз.

- Правильный рацион питания

В том случае, если вы страдает от гастрита, лечение невозможно без корректировки меню. Во-первых, необходимо исключить все жирные, острые, соленые и пряные блюда. Во-вторых – кофе, алкогольные и газированные напитки. И, в-третьих, стоит обратить внимание и на то, как готовятся ваши блюда – предпочтительнее всего запекать, тушить или варить блюда.

- Температурный режим пищи

Не забывайте о том, что экстремальные температуры также весьма негативным образом сказываются на состоянии слизистой оболочки желудка. Поэтому не стоит есть слишком горячие или слишком холодные блюда – отдайте предпочтение комнатной температуре. Кстати говоря, эта мера – прекрасная профилактика гастрита.

- Дробное питание

Очень важно распределить приемы пищи таким образом, чтобы порции были

небольшими, но и промежуток между приемами пищи составлял не более 3 часов. Эта мера позволит желудку работать в щадящем режиме, с наименьшей нагрузкой. А говоря об эффективном лечении гастрита, нельзя упускать это из виду.

Лечение гастрита при помощи народной медицины

Существуют также весьма эффективные народные методы лечения данного заболевания. И многие эти методы являются действительно эффективным лечением гастрита. И совершенно неважно, какие причины гастрита стояли у истоков. О самых лучших и безопасных способах мы вам сейчас расскажем:

- Алоэ

У вас гастрит? Алоэ станет верным союзникам, помогающим не только устранить признаки, но и вылечить это заболевание. Рецепт крайне прост – вам понадобится только алоэ и мед. Причем листья алоэ желательно брать с растения, которому не меньше пяти лет. В противном случае алоэ еще не обладает всеми своими целебными свойствами. Перед применением алоэ необходимо на трое суток поместить в морозильную камеру. После этого обдайте алоэ кипятком, очистите от кожицы и оставьте в морозилке еще на сутки. Все, алоэ готов к употреблению.

На водяной бане растопите 200 грамм любого натурального меда. Пока мед растапливается, алоэ необходимо 5 листиков алоэ необходимо пропустить через мясорубку. Причем вам понадобится не только мякоть алоэ, но сок. Мед растопился? Значит, настал черед тщательно смешать его с соком и мякотью алоэ. Получившуюся массу необходимо переложить в стеклянную емкость и принимать по одной чайной ложке перед приемом пищи.

Кстати говоря, алоэ поможет как при острой форме гастрита, так и при хронической. Иногда советуют заменить алоэ каланхоэ – однако этого делать не стоит – эффект будет значительно слабее. Еще один большой плюс этого метода – безопасность. Вы вполне можете принимать это средство и те лекарства, которые вам назначил врач – вреда не будет.

- Лечение гастрита яблоками

Еще одним ответом на вопрос о том, как вылечить гастрит, станут самые обыкновенные…яблоки. Как правило, когда люди впервые слышат о подобном явлении, удивляются и сомневаются, можно ли вылечить гастрит яблоками. А те, кто уже опробовал этот способ на себе, утверждают, что можно, и весьма успешно.

А проводится лечение гастрита при помощи яблок очень просто – чтобы победит такое коварное заболевание, как гастрит, нужен всего один килограмм яблок. Для того чтобы не только устранить проявления заболевания, а и полностью вылечить гастрит, нужно съедать не менее килограмма яблок. Причем можно есть просто так, а можно делать яблочное пюре. Однако ни в коем случае не избавляйтесь от кожуры – в самом яблоке нет столько полезных веществ, сколько есть в кожуре. И запомните – первые два яблока должны быть съедены натощак, а последнее – непосредственно перед сном. Будьте готовы к тому. Что первые два – три дня заболевание усилится. Но очень быстро гастрит исчезнет без следа.

Конечно же, существуют многие другие способы того, как лечить гастрит. Однако наиболее безопасными врачи считают именно эти два, описанных выше. Все же остальные могут повлечь за собой ухудшение течения заболевания. Да и про индивидуальную непереносимость тех или иных компонентов, входящих в различные рецепты народной медицины, забывать нельзя. Сколько людей – столько и реакций организма. Не стоит забывать про осторожность – в противном случае может присоединиться какое-либо иное заболевание.

Конечно же, гастрит – явление весьма неприятное. Однако не отчаивайтесь – гастрит легко поддается лечению, если оно начато своевременно. И очень скоро от неприятных ощущений и плохого самочувствия не останется и следа.