

Функциональные расстройства кишечника?

Поможет натуральное средство с фруктовыми компонентами

Термин «запор» в повседневной жизни и медицине трактуется по-разному. Одни считают запором затруднение дефекации или ощущение неполного опорожнения, или слишком плотную консистенцию кала при регулярном ежедневном стуле, другие – нерегулярный стул независимо от его консистенции или небольшое количество фекалий при регулярной дефекации. Еще более разнообразны представления врачей и пациентов о причинах запора и принципах облегчения этого состояния. Разное отношение к проблеме порождает массу мифов и неправильных или даже опасных подходов к лечению.

Запоры в силу своей широкой распространенности являются актуальной медико-социальной проблемой во всем мире. Эта патология особенно широко распространена в промышленно развитых странах и крупных городах, население которых пренебрегает принципами здорового питания, испытывает постоянную гиподинамию и подвержено стрессу.

В последние годы специалисты здравоохранения рассматривают проблему хронического запора в контексте современных представлений о функциональных расстройствах органов пищеварения. Диагноз функционального заболевания правомочен в тех случаях, когда исключены все возможные органические причины симптомов, наблюдаемых у пациента.

В Римском консенсусе III (2006) выделены следующие функциональные нарушения кишечника:

- синдром раздраженного кишечника;
- функциональный метеоризм;
- функциональный запор;
- функциональная диарея;
- классифицированные функциональные нарушения кишки;

- функциональный абдоминальный болевой синдром.

Наиболее распространенным вариантом является функциональный запор. Функциональный характер хронического запора означает отсутствие связи нарушения опорожнения кишечника с известными морфологическими (в том числе внекишечными) или метаболическими изменениями, доступными для выявления с помощью современных методов диагностики. Для этого необходимо вспомнить все возможные причины запора:

- неврогенные – при заболеваниях центральной или периферической нервной системы;
- рефлекторные – при органических поражениях органов пищеварения, в частности при патологии прямой кишки и ее сфинктерного аппарата;
- токсические и лекарственные – при хронических отравлениях свинцом, нитробензолом, длительном приеме в больших дозах холинолитиков и спазмолитиков, при опиумной наркомании;
- эндокринные – при гипофункции гипофиза, щитовидной железы, яичников;

- механические – вследствие сужения кишки опухолью, рубцом или врожденных аномалий кишечника (мегаколон, болезнь Гиршпрунга).

Критериями функционального запора являются не менее двух из следующих характеристик стула:

- менее трех дефекаций в неделю;
- затруднения дефекации и/или
- плотный или фрагментированный стул и/или
- ощущение неполного опорожнения или закупорки прямой кишки и/или
- необходимость в принудительном опорожнении прямой кишки.

Некоторые авторы рассматривают функциональный запор как один из вариантов синдрома раздраженной кишки без абдоминальной боли (Longstreth G.F., 2006). При функциональном запоре стул задерживается вследствие гипотонии или атонии гладкомышечного аппарата толстой кишки. Недостаточное поступление с пищей клетчатки (пищевых волокон), минеральных солей и жидкости, а также гиподинамия способствуют нарушению моторики кишечника. При задержке содержимого в просвете кишки увеличивается объем всасываемой жидкости из химуса, уплотняются каловые массы, что дополнительно препятствует их транзиту. Систематическое игнорирование или подавление физиологического позыва к дефекации, что не является редкостью при современном ритме жизни, снижают чувствительность рецепторов прямой кишки и обуславливают хронизацию запора. Во многих случаях у молодых женщин заболеванию предшествуют искусственное голодание или слабительные и очистительные клизмы, предпринимаемые с целью похудения. Кроме того, важная роль в развитии функциональных расстройств кишечника отводится психоэмоциональному фактору. Запор, как и другие функциональные заболевания органов пищеварения, может быть проявлением соматизированной тревоги, депрессии или стрессового реагирования на определенные жизненные ситуации.

Начиная лечение пациентов с функциональным запором, прежде всего следует уделить внимание факторам и обстоятельствам, которые могут вызывать задержку дефекации. Необходимо обсудить с пациентом возможность внесения простых изменений в образ жизни и особенно питания. Например, хорошо известно, что в рационе многих людей снижено содержание пищевых волокон. В процессе технологической обработки растительных продуктов питания из них удаляют большую часть волокон. Преобладание в рационе рафинированной пищи играет важную роль в возникновении запоров. Пищевые волокна являются естественными стимуляторами моторики толстой кишки и субстратом для поддержания жизнедеятельности физиологической микрофлоры кишечника (пребиотический эффект). Выраженный слабительный эффект оказывают богатые водой и растительной клетчаткой арбузы, дыни, персики, сливы, сочные яблоки, огурцы, томаты, тыква, кабачки, морковь, свекла, капуста.

Назначение слабительных средств, стимулирующих перистальтику кишечника (бисакодил, пикосульфат натрия) и увеличивающих объем содержимого толстой кишки за счет повышения секреции (сахариды, солевые препараты), традиционно рассматривается как вынужденная мера, поскольку и врачам, и пациентам хорошо известен эффект привыкания к этим препаратам при их длительном применении или передозировке, особенно в случаях самолечения. При длительном применении слабительных препаратов нарушается всасывание воды и витаминов в кишечнике. Могут развиваться дефицит витаминов А, D, E, K, гипокалиемия и гипокальциемия. Дефицит хлора и воды приводит к уменьшению секреции альдостерона, а это, в свою очередь, ведет к развитию вторичного альдостеронизма, снижению уровня калия и как результат – к усилению запора (Г.А. Соловьева, 2007).

Более мягкий эффект оказывают слабительные средства природного происхождения, вызывающие увеличение объема каловых масс: морская капуста, агар-агар, метилцеллюлоза, псиллиум, поликарбонат кальция, семена льна.

Объемобразующие агенты приемлемы для долгосрочного использования. Вызывая раздражение механорецепторов за счет увеличения объема каловых масс, они естественным путем стимулируют моторно-эвакуаторную функцию толстой кишки и безопасны для систематической поддержки нормального стула (M. Camileri et al., 2006).

Все больше врачей и пациентов при лечении запора отдают предпочтение пищевым добавкам на основе растительных компонентов, которые сочетают удобство применения и безопасность. Примером такого средства может служить биологически активная добавка Фитолак – натуральное слабительное средство с фруктовыми компонентами.

В состав одной таблетки Фитолакса входят следующие компоненты:

- абрикосовый мусс 170 мг;
- экстракт сенны 100 мг;
- лист сенны 40 мг;
- плоды укропа 7,5 мг;
- лист подорожника 7,5 мг.

Абрикосовый мусс в таблетках Фитолакса оказывает естественную помощь кишечнику, а комплекс лекарственных трав устраняет последствия запоров и способствует очищению и восстановлению нормальной работы кишечника. Абрикосы содержат комплекс витаминов, макро- и микроэлементов, а также пищевые волокна, оказывают общеукрепляющее и мягкое слабительное действие. Высокое содержание калия в абрикосах восполняет потерю этого макроэлемента, связанную со слабительным эффектом. Сенна (Cassia acutifolia, александрийский лист) традиционно применяется в качестве эффективного слабительного средства при атонии кишечника и привычных запорах. Антрагликозиды сенны стимулируют рецепторы слизистой оболочки толстой кишки. Подорожник оказывает спазмолитическое, слабительное, противовоспалительное действие. Укроп также обладает спазмолитическим и ветрогонным эффектом, стимулирует секрецию пищеварительных желез.

Жевательные таблетки Фитолак обладают приятным фруктовым вкусом, не требуют запивания и удобны для применения в любой ситуации, например в поездках.

Подготовил **Дмитрий Молчанов**



Эвалар Фитолак - фруктовый ключ от всех запоров

Функциональные расстройства кишечника, а проще, запоры – это проблема, с которой в той или иной степени сталкиваются многие. Если эта проблема коснулась и вас – примите Фитолак!

- Фитолак - натуральное слабительное средство с фруктовыми компонентами. Сочетание фруктов и лекарственных трав в одной таблетке оказывает естественную помощь кишечнику.
- Фруктовые жевательные таблетки Фитолак приятны на вкус, не требуют запивания и удобны для применения в любой ситуации, особенно в поездках.



Заключения ГСЭЭ МЗ України № 05.03.02-03/73286 от 14.07.2011 г.
 Информация для специалистов медицинской и фармацевтической отрасли, а также для распространения в рамках специализированных медицинских мероприятий. Изготовитель: ЗАО «Эвалар», Россия, 659332, Алтайский край, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6. Хранить в местах, недоступных для детей.
 Перед применением ознакомьтесь с инструкцией и проконсультируйтесь с врачом. БАД. Не является лекарством.