

**Быстрое поглощение пищи повышает риск развития эрозивного гастрита**

Эрозивный гастрит образуется вследствие повреждения слизистой оболочки желудка, обусловленного нарушением баланса между факторами защиты и факторами агрессии. К защитным факторам относятся слизь, бикарбонат, способность ткани регенерировать, кровоток в слизистой оболочке; факторами агрессии являются кислота желудочного сока, пепсин, прием нестероидных противовоспалительных препаратов, алкоголь, *Helicobacter pylori* и др. В предыдущих исследованиях была установлена более высокая распространенность гастроинтестинальных заболеваний с повреждением слизистой, в частности эрозивного гастрита, у лиц с избыточной массой тела и ожирением. В свою очередь, высокая скорость приема пищи и переизбыток могут быть связаны с таким гастроинтестинальным заболеванием, как гастрит. У тех, кто слишком быстро поглощает пищу, позже наступает чувство насыщения, кроме того, они склонны к переизбытку, из-за чего пища дольше остается в желудке, что продлевает воздействие кислоты и пепсина на слизистую.

**Целью** настоящего исследования было изучение связи между скоростью приема пищи и риском развития эндоскопического эрозивного гастрита (ЭЭГ).

**Методы.** В срезное исследование включили 10 893 взрослых, которые проходили профилактические обследования в 2007-2009 гг. Две группы пациентов – с ЭЭГ и без ЭЭГ – сравнили с использованием t-теста и теста  $\chi^2$ . Влияние скорости приема пищи на риск развития ЭЭГ оценивали с помощью множественного регрессионного анализа.

**Результаты.** По сравнению с группой без ЭЭГ пациенты ЭЭГ в среднем были старше и имели более высокий индекс массы тела; кроме того, среди них было больше мужчин, курильщиков и лиц, злоупотребляющих алкоголем. После поправки на антропометрические, социальные и эндоскопические параметры оказалось, что в группе с самой высокой скоростью приема пищи (<5 мин) риск ЭЭГ был на 70% выше по сравнению с пациентами, которые на употребление пищи тратили  $\geq 15$  мин.

**Выводы.** Высокая скорость приема пищи значительно повышает риск развития эндоскопически верифицированного эрозивного гастрита.

Kim M.K., Ko B.J., Kim E.Y., Han B.D., Cho K.H. *Fast Eating Speed Increases the Risk of Endoscopic Erosive Gastritis in Korean Adults.* Korean J Fam Med. 2015 Nov; 36 (6): 300-4.

**Силицеа Гастрогель уменьшает гастроинтестинальные симптомы: результаты клинического исследования**

Кремниевая кислота – инертный адсорбент, на протяжении многих лет использующийся в лечении гастроинтестинальных расстройств. В Германии и других странах препарат доступен под торговым наименованием Silicea Gastrointestinal Gel/Силицеа Гастрогель. В 100 мл геля кремниевой кислоты содержится 3,5 г диоксида кремния. После перорального приема препарат адсорбирует различные молекулы (кислоты, ионы, органические токсины, газы, бактерии) и таким образом проявляет свои терапевтические эффекты. **Целью** исследования было изучение эффективности и переносимости препарата Силицеа Гастрогель у пациентов с гастроинтестинальными расстройствами.

**Методы.** В открытое проспективное исследование IV фазы включали амбулаторных пациентов с жалобами на проблемы в желудочно-кишечном тракте (ЖКТ). Критериями включения было наличие в последние 14 дней по крайней мере 2 симптомов из следующих: неприятный запах изо рта, отрыжка, тошнота, изжога, дискомфорт в желудке, боль в эпигастрии, диарея, боль в гипогастрии, спазмы в животе. В исследовании не принимали участия больные, у которых не были исключены органические поражения.

Пациентам на протяжении 6 нед назначали исследуемый препарат перорально по 2 столовых ложки, растворенных в воде или чае, 3 раза в день не менее чем за 2 ч до еды или через 2 ч после еды. Первичной конечной точкой было изменение выраженности гастроинтестинальных

симптомов, оцениваемой по модифицированному индексу диспепсии Nerepan (NDI). NDI состоит из 15 вопросов, описывающих симптомы со стороны верхних отделов гастроинтестинального тракта (интенсивность, частота, влияние на качество жизни); кроме того, были добавлены 10 вопросов, связанных с симптомами со стороны нижних отделов ЖКТ.

**Результаты.** В исследование включили 90 пациентов (из них 64 женщины), их средний возраст составлял 56 лет; средний индекс массы тела – 24,1 кг/м<sup>2</sup>. Наиболее частыми симптомами были вздутие живота (27 пациентов), изжога (21 пациент), болезненные спазмы в животе (11 пациентов) и диарея (10). Курьезными были 8 пациентов; 34 больных употребляли алкоголь > 1 р/нед. 67 участников во время исследования принимали сопутствующие препараты, в том числе 9 больных – нестероидные противовоспалительные средства и 6 – гормоны щитовидной железы.

После 6 нед лечения средняя оценка симптомов со стороны верхних отделов ЖКТ снизилась с 52,2 $\pm$ 31,0 до 33,7 $\pm$ 28,7, симптомов со стороны нижних отделов ЖКТ – с 39,6 $\pm$ 24,7 до 22,6 $\pm$ 21,7. Общая оценка по модифицированному индексу NDI снизилась с 91,8 до 56,3. Наиболее заметное улучшение наблюдалось в подгруппах пациентов с диареей, синдромом раздраженного кишечника (СРК) и гастроэзофагеальной рефлюксной болезнью (ГЭРБ).

Исследуемая терапия переносилась хорошо. Только 6% отметили побочные эффекты, потенциально связанные с приемом препарата. Большинство этих побочных эффектов представляли собой легкие гастроинтестинальные проявления и проходили через несколько дней после отмены препарата или снижения дозировки.

**Выводы.** Силицеа Гастрогель отличается высокой эффективностью и хорошо переносится в поддерживающем лечении гастроинтестинальных

расстройств. Улучшение наблюдалось во всех подгруппах пациентов, но было максимально выраженным у больных СРК и ГЭРБ. Моносимптомом, лучше всего отвечавшим на лечение, была диарея без болезненных спазмов. Заметный терапевтический эффект проявлялся после 3 нед лечения с последующим его нарастанием до 6 нед. Полученные результаты являются основанием для проведения более фундаментальных контролируемых исследований у пациентов с функциональными гастроинтестинальными расстройствами, такими как диарея, СРК и ГЭРБ.

Uehleke B., Ortiz M., Stange R. *Silicea Gastrointestinal Gel Improves Gastrointestinal Disorders: A Non-Controlled, Pilot Clinical Study.* Gastroenterology Research and Practice. Volume 2012 (2012), Article ID 750750. 6 pages.

Подготовил **Алексей Терещенко**

**СІЛІЦЕА Гастрогель - швидко все буде Ок!**

**Ентеросорбент IV покоління!**

**ШЛУНКОВО-КИШКОВІ РОЗЛАДИ**

- здуття живота
- нудота
- пронос
- важкість у шлунку
- спазми в животі
- печія

30 саше по 15 мл

Dermapharm AG hübner mibc

Перед застосуванням уважно прочитайте інформацію, розміщену в листку-вкладішці. При виникненні запитань зверніться до свого лікаря або фармацевта. Дієтичний лікувальний продукт. Висновок Держ.СЕС №05.03.02-03/117867 від 24.12.2013

# Практическая психогRAFия

## ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Препарат Силицеа Гастрогель – лечебный диетический продукт IV поколения, обладающий сорбционными свойствами.

**Состав:** в 100 мл препарата Силицеа Гастрогель содержится 3,5 г двуокиси коллоидного кремния безводного.

**Форма выпуска:** порционные пакетики (саше) объемом 15 мл. В упаковке – 30 пакетиков препарата.

**Свойства:**

- связывает токсины и возбудителей кишечных заболеваний и способствует их выведению из просвета кишечника;
- облегчает состояние при интоксикациях, связанных с пищевыми отравлениями, а также при поносе, рвоте, метеоризме и вздутии живота различного генеза;
- содержит кремниевую кислоту, в составе геля отсутствуют консерванты, красители и примеси, что позволяет снизить риск негативных эффектов и аллергических реакций;
- можно давать детям начиная с 2-летнего возраста.

**Особенности применения:**

- перорально, препарат готов к употреблению и не требует разведения;
- препарат рекомендуется принимать в течение еще нескольких дней после исчезновения острых симптомов (1 пакетик 3 р/д). Пациентам с диареей и рвотой необходимо своевременно восполнять потерянную жидкость и электролиты;
- перед использованием пакетик нужно размять пальцами;
- для достижения максимального эффекта препарат желательно принимать не позже чем за 30 мин до еды;
- поскольку гель может снижать абсорбцию и эффективность других пероральных препаратов, рекомендуется принимать его отдельно от них или с перерывами между их приемами не менее 2 ч.

**Побочные действия:** на сегодняшний день не наблюдались.

**Показания к применению:** в качестве лечебной добавки при диарее, нарушениях пищеварения, метеоризме, спастических болях в животе, а также тошноте и рвоте.

## ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Стандартные выгоды для универсального пациента:

1. Препарат нового IV поколения действует быстро, собирая и выводя наружу все негативные вещества из вашего кишечника.
2. Препарат не всасывается в организме и поэтому не имеет побочных эффектов – его могут принимать даже дети начиная с 2 лет.

**Но с учетом психогRAFического профиля Пациента Успешный Врач должен и может дополнительно использовать свои знания для назначения препарата СИЛИЦЕА ГАСТРОГЕЛЬ.**

1

**Как назначить препарат пациенту-«горилле»?**

- Пациент-«горилла» любит четкость, порядок и правила, самое главное для него – скорость наступления эффекта.
- С учетом того, что «горилла» стремится доминировать в разговоре, доктор обязан использовать все свои коммуникативные навыки, чтобы управлять процессом.
- Выяснив жалобы и установив диагноз, с целью стандартных выгод доктор должен четко рассказать правила и цель приема препарата, а также закрепить дату следующего визита. Например:

- «Внимательно ознакомиться с использованием препарата – пакетик встряхнуть, размять, затем его вскрыть и выдавить содержимое в полость рта».
- «Принимать пакетик отдельно от других лекарств и приемов пищи».
- «Я вам перезвоню через 5 дней, и мы решим, нужен ли повторный визит. В какой день недели и во сколько вам перезвонить? Я сразу зафиксирую это в своем расписании...»

Зафиксировав время звонка в своем календаре, попросите сделать то же самое вашего пациента. Т.е. при назначении препарата Успешный Врач в беседе с пациентом-«гориллой» четок, конкретен и даже несколько авторитарен.

2

**На что нужно обратить внимание при назначении препарата пациенту-«шимпанзе»?**

Назначение препарата должно решить несколько проблем, которые возникают у таких пациентов при возникновении пищевых инфекций, отравлений и интоксикаций, а именно – уменьшение возможностей общаться и коммуницировать с коллегами и друзьями и опасение выглядеть недостаточно привлекательно.

Пациент-«шимпанзе» требует сочувствия, понимания его состояния, принятия участия в той ситуации, в которой он оказался. С ним нужно советоваться и договариваться, создавая непринужденную дружескую атмосферу.

Поэтому при назначении препарата, кроме универсальных выгод, Успешный Врач может сказать: «Вам понравится форма препарата, это создаст вам дополнительные удобства» и т.д., а также использовать следующие волшебные фразы:

- «Для вас очень удобно то, что этот современный препарат в пакетики уже готов к употреблению, его не нужно ни в чем растворять и можно носить с собой».
- «Мне вам перезвонить или вы мне перезвоните послезавтра в 16.00, и мы решим, что будем делать дальше?»
- «Надеюсь, что правильное лечение этим препаратом позволит вам как можно быстрее вернуть себе хорошее настроение и продолжать вести нормальный образ жизни, и вы сможете тогда общаться с друзьями, пить кофе и принимать вашу любимую пищу».

3

**Как вести себя с самым тяжелым пациентом – пациентом-«орангутангом»?**

Как мы уже знаем, «орангутанг» тяжело принимает решения, долго размышляет над тем, есть ли смысл платить больше за лечение современным европейским сорбентом или использовать проверенное средство отечественного производства. Для него очень важны рациональные доводы с использованием критерия «цена/польза».

Шансов назначить «орангутангу» Силицеа Гастрогель немного, но попробовать можно.

Какие веские аргументы доктор может привести пациенту-«орангутангу»?

Во-первых – направляйте его за препаратом в те аптеки, в которых проходят известные вам акции или действуют дополнительные скидки – «орангутанги» хотя всегда за одну цену получить две, а лучше три вещи.

Во-вторых – подарите «орангутангу» что-то ценное, что имеется у вас от компании-производителя (ручка, чашка, сувенир) с названием препарата.

В-третьих – в любом случае «орангутанг» еще несколько раз перепроверит ваше назначение, поэтому предложите ему также еще один препарат в качестве альтернативы.

*Академия Успешного Врача присоединяется к новогодним поздравлениям и желает всем докторам в 2016 году счастья, здоровья и правильных пациентов!*