

Острый холецистит Что делать?

Памятка для пациентов

Желчный пузырь

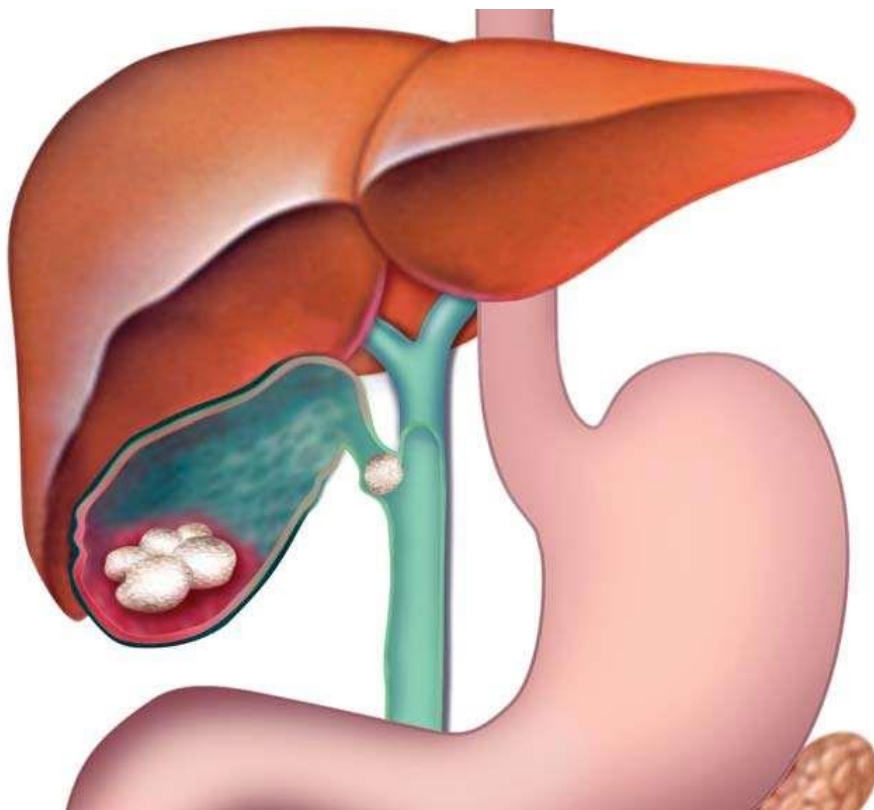


- ◆ **Желчный пузырь** — небольшой орган грушевидной формы, который расположен с правой стороны живота, прямо под печенью.
- ◆ Назначение ЖП — накапливать желчь, которая поступает в него из печени.
- ◆ Основная функция желчи в пищеварительной системе — расщеплять жиры, что облегчает их всасывание.



Острый холецистит – что это?

- Основной причиной возникновения острого воспаления стенки желчного пузыря (ЖП) является повышение внутрипузырного давления, которое чаще всего происходит из-за нарушения оттока желчи из ЖП в результате закупорки пузырного протока камнем.
- Примерно у 90% пациентов острый холецистит развивается на фоне желчекаменной болезни, и только у 10% – при отсутствии камней в желчном пузыре.



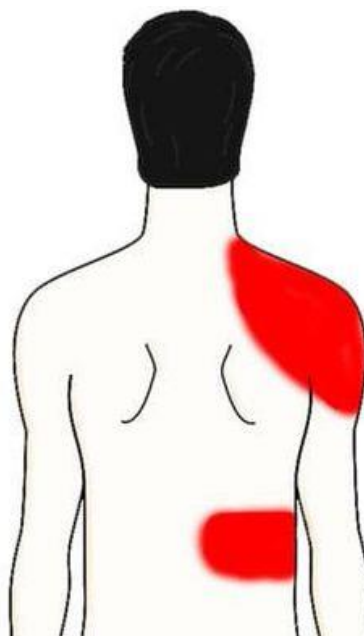
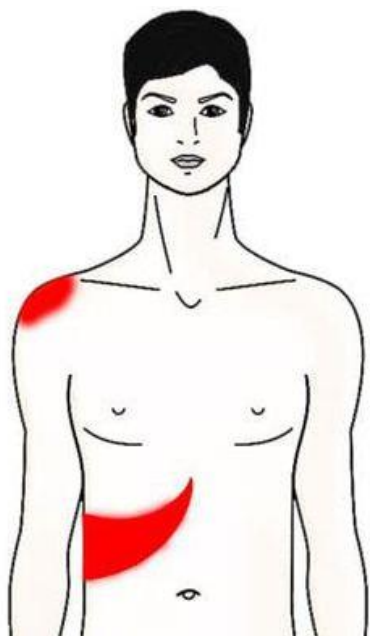
Почему образуются камни в ЖП?

- ❖ Формирование нерастворимых образований (камней) в желчном пузыре (ЖП) является длительным процессом, который связан с нарушением химического состава желчи, обмена желчных кислот и холестерина, изменением моторики желчной стенки:
 - ✓ избыток холестерина: желчь перенасыщается холестерином и не может его растворить - из-за этого он кристаллизуется и в дальнейшем превращается в камни;
 - ✓ избыток билирубина: при циррозе печени, заболеваниях крови и инфекции желчных путей образуются камни, состоящие из билирубина (пигментные);
 - ✓ недостаток солей желчных кислот: их не хватает, чтобы расщепить холестерин;
 - ✓ нарушение функции желчного пузыря: плохая моторика (недостаточные сокращения) ЖП не позволяет регулярно и в полном объеме выводить желчь - из-за этого она становится более концентрированной, и в ней выпадает осадок, из которого образуются камни.
- ❖ Женщины заболевают в 3-5 раз чаще мужчин.
- ❖ В группу риска входят пациенты старше 40 лет, женского пола, с отягощенной наследственностью, избыточным весом, гиподинамией, погрешностями в питании, страдающие сахарным диабетом, циррозом печени, болезнью Крона, длительно употребляющие эстроген-гестагенные препараты, аналоги соматостатина, некоторые антибиотики.

Как проявляется острый процесс



- ◆ В клинической картине доминирует очень выраженный болевой синдром.
- ◆ При остром процессе после пищевых погрешностей, тряской езды и резких изменений положения тела возникает желчная колика — приступ нестерпимых болей в области желудка (эпигастрии) и проекции ЖП (правом подреберье), которые могут отдавать (иррадиировать) в правую лопатку, правое плечо, шею справа, поясницу.
- ◆ Отличительная особенность колики при холецистите — очень сильные боли, по характеру постоянные или схваткообразные, распирающие, длительностью до нескольких часов; сопровождаются высокой лихорадкой, потливостью, ознобом, бледностью кожных покровов, выраженной тошнотой, рвотой с примесью желчи.



Боли при хроническом холецистите

- ◆ Боли при хроническом холецистите тупые или ноющие, появляются периодически, локализуются справа в подреберье.
- ◆ Иногда пациенты жалуются не на боль, а на тяжесть в правой подреберной области.
- ◆ Также наблюдаются диспепсические расстройства: горечь во рту, тошнота и рвота, нарушения стула с чередованием запоров и диареи, вздутие живота.
- ◆ Симптомы обычно усиливаются после приема больших порций жирной пищи, у женщин – перед менструацией.
- ◆ При длительном течении заболевания пациенты становятся раздражительными, эмоционально лабильными, жалуются на быструю утомляемость, бессонницу.

Здоровый желчный пузырь

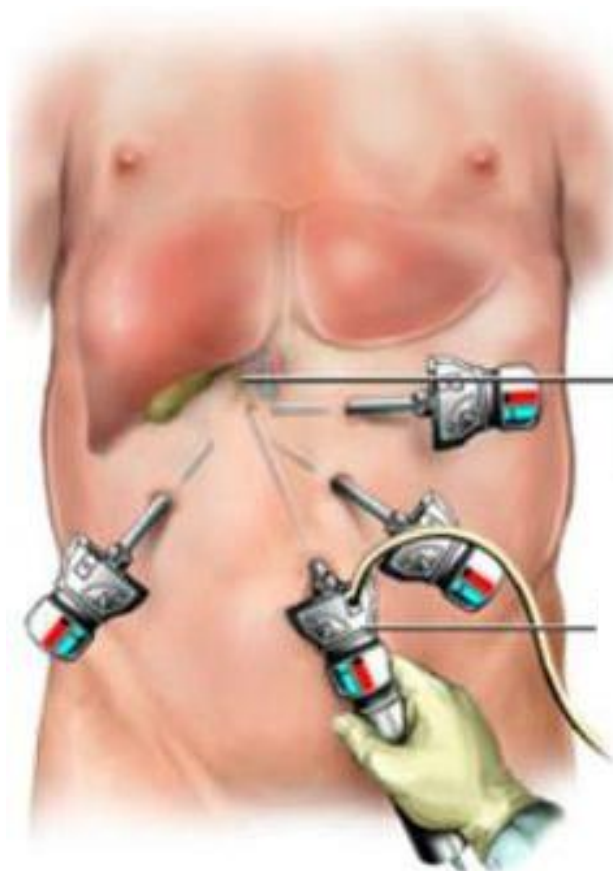


Внимание!

- Иногда, в связи с перемещением камней, могут возникнуть осложнения, когда камень закупоривает желчный проток, блокируя отток желчи, вызывая желтуху, или проток поджелудочной железы, вызывая ее воспаление.
- **Симптомы осложненной желчнокаменной болезни:**
 - высокая температура;
 - учащенное сердцебиение;
 - изменение артериального давления;
 - пожелтение кожи и белков глаз (желтуха);
 - зуд кожи;
 - диарея;
 - приступы озноба;
 - потеря аппетита.
- Появление симптомов острого холецистита особенно на фоне желчекаменной болезни требует обязательного осмотра у врача-хирурга. Выявление признаков желчной колики и острого холецистита служит показанием к срочной госпитализации пациентов в хирургическое отделение ближайшей медицинской организации любого уровня.

Как лечат острый холецистит

- ◆ Выбор тактики лечения пациента зависит от формы желчной болезни, большинству пациентов рекомендуется хирургическое удаление желчного пузыря.
- ◆ Больных с острым воспалением госпитализируют в хирургический стационар, где после дообследования и короткой подготовки осуществляют лапароскопическую холецистэктомию – удаление желчного пузыря «через проколы» - четыре мини-разреза размером по 5-10 мм.
- ◆ При тяжелом, осложненном течении острого холецистита, пожилom возрасте пациентов операцией выбора является чрезкожная холецистэктомия – открытая операция через разрез передней брюшной стенки длиной около 15 см в правом подреберье.



Как вести себя после операции

После операции в течение 1-2 месяцев пациент должен придерживаться относительно простых и выполнимых ограничений, т.к. их игнорирование чревато достаточно неприятными и нежелательными последствиями.

Диета

- ❖ После операции по поводу острого холецистита еда в домашних условиях должна быть перетертой, кашеобразной.
- ❖ Разрешаются молоко и молочные кисели, жидкие каши (лучше на воде), куриный и овощной бульон, овощные пюре.
- ❖ Диетическое питание прописывается пациенту в первые 2-3 месяца после операции.
- ❖ Рацион питания влияет на состав микрофлоры кишечника и на активность его функций. Необходимо следовать таким принципам:
 - дробное и частое питание, противопоказано одномоментное употребление крупных порций еды;
 - пища не должна быть горячей или холодной, а лишь немного подогретой;
 - полноценное питание, обеспечивающее организм всем спектром питательных веществ, витаминов и минералов, поскольку в восстановительном периоде требуется стимуляция и укрепление иммунитета;
 - исключение продуктов, способствующих брожению и газообразованию в пищеварительном тракте; рацион питания не должен содержать бобовых, тяжелых животных жиров, любых сортов капусты, копченостей, маринадов и солений, не рекомендуется употребление алкогольных и газированных напитков.

Как вести себя после операции

В первые две недели из рациона исключаются:

- копченые, соленые, жирные, жареные и острые блюда;
 - колбасы;
 - специи, майонез, кетчуп;
 - хлебобулочные изделия;
 - алкоголь (вплоть до полного восстановления).
- ◆ Пациенту настоятельно рекомендуется следить за своим весом. Поскольку физическая активность в послеоперационный период существенно минимизируется, легко набрать лишний вес, что крайне нежелательно.
 - ◆ Для восстановления нормальной микрофлоры организму полезны молочные и кисломолочные продукты, обильный питьевой режим.
 - ◆ Мясо и рыба в первые недели после операции употребляться не должны, однако допустимы бульоны и перетерты мясные/рыбные фарши пюре.
 - ◆ Лучше отказаться от хлеба и хлебобулочных изделий, отличной их альтернативой могут быть хлебцы, где есть минимум клетчатки и углеводов.
 - ◆ Благоприятно организмом воспринимаются овощи (морковь, свекла), бананы, от цитрусовых фруктов лучше отказаться. В тоже время для иммунизации организму необходим витамин С, который можно черпать из других продуктов питания или потреблять в таблетированном виде, равно как и другие витамины и витаминно-минеральные комплексы.
 - ◆ Окончание диеты не должно быть резким. Рекомендуется постепенно расширять рацион. Ни в коем случае не стоит резко срывать на ранее исключенные из рациона продукты.
 - ◆ В целом послеоперационная диета не строга, а потому полезно будет следовать уже привычным за несколько месяцев правилам и в последующем. Это пойдет лишь на пользу организму.

Как вести себя после операции

Физическая активность после операции по поводу острого холецистита

- ◆ В последующие 6 недель происходит сращение мышц, на фоне чего остается риск образования спаек и грыж.
- ◆ Категорически запрещается поднимание тяжестей и активные физические нагрузки. В то же время отмечается, что ежедневная ходьба небыстрым шагом по 2-3 километра в послеобеденное время способствует предотвращению спаек.
- ◆ Прописывается лечебная гимнастика. Примечательно, что наилучшее восстановление мышечной ткани происходит у тех лиц, кто ранее вел активный образ жизни и поддерживал свое тело в тонусе.
- ◆ Спустя несколько месяцев можно возвращаться к умеренным нагрузкам, постепенно дополняя лечебную гимнастику общими упражнениями:
 - совершать пешие прогулки на небольшие расстояния;
 - после формирования послеоперационного рубца – посещать бассейн и выполнять несложные физические упражнения;
 - тем, кто ведет активный образ жизни, а также пациентам с лишним весом – носить специальный бандаж.

Наблюдение после операции

- ◆ После выполнения удаления желчного пузыря (холецистэктомии) и выписки из стационара пациент в ближайший месяц наблюдается совместно врачом-терапевтом и врачом-хирургом, в дальнейшем по показаниям проводятся консультации и дополнительные исследования, в зависимости от особенностей течения послеоперационного периода и появления клинических симптомов.
- ◆ После холецистэктомии реабилитация может проводиться через 2-3 недели после операции в местных санаториях, специализирующихся на лечении заболеваний желудочно-кишечного профиля, восстановительных центрах, профилакториях, а также на курортах со слабо и среднеминерализованными водами (гидрокарбонатными натриевыми, гидрокарбонатными натриево-кальциевыми, гидрокарбонатными хлоридно-натриевыми, сульфатно-кальциево-магниевыми-натриевыми и другими в подогретом до 42-44° С виде, за 30-60 мин до еды).