

Острый панкреатит Что делать?

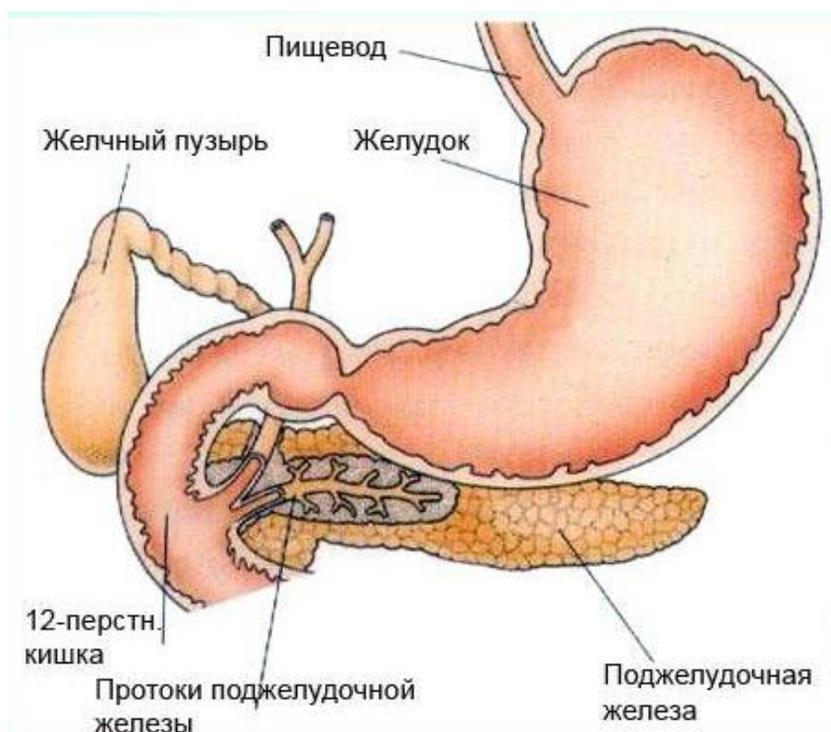
Памятка для пациентов

Острый панкреатит - что это?

Панкреатит – это воспаление поджелудочной железы

Причины панкреатита разнообразны, но наиболее часто его вызывают:

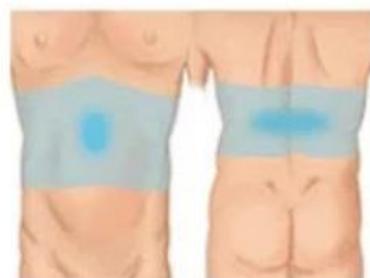
- Алкоголизм
- Резкое нарушение диеты, обильные застолья
- Желчнокаменная болезнь
- Острые травмы живота и поджелудочной железы
- Склеротические изменения в сосудах поджелудочной железы и длительный спазм сосудов
- Реакция на прием некоторых лекарственных препаратов и аллергических факторов





Острый панкреатит – какие жалобы?

- Выраженная боль в верхней части живота (эпигастрии), отдающая в спину или опоясывающего характера, усиливающаяся при приеме пищи; многократная рвота (после каждого глотка пищи или воды), не приносящая облегчение; вздутие живота.
- Типичный болевой синдром возникает при остром панкреатите всегда. Обычно он носит интенсивный, стойкий характер, не проходит после приема анальгетиков.
- Чаще всего появлению симптомов предшествует обильный прием пищи или алкоголя, наличие желчнокаменной болезни.



ОПОЯСЫВАЮЩИЕ БОЛИ

Острый панкреатит является абсолютным показанием для экстренной госпитализации

- Основная опасность острого панкреатита — отмирание клеток поджелудочной железы и инфицирование тканей бактериями, обитающими в тонком кишечнике.
- Также возможны осложнения:
 - **скопление жидкости** вокруг поджелудочной железы при её сильном воспалении;
 - **полиорганная недостаточность**;
 - **псевдокисты в поджелудочной железе**, которые могут разорваться или инфицироваться бактериями;
 - **сахарный диабет** — воспаление и последующее разрушение клеток поджелудочной железы нарушает синтез инсулина, который отвечает за утилизацию глюкозы из крови.

Лечение в стационаре

- При лёгкой степени острого панкреатита пациента госпитализируют и используют симптоматические препараты для облегчения его состояния. Как правило, человек выздоравливает за 1–2 недели.
- В зависимости от тяжести состояния используются консервативные или хирургические методы лечения острого панкреатита.
- Прогноз при остром панкреатите зависит от тяжести воспаления и адекватности лечения. Так, лёгкая форма болезни, как правило, не представляет угрозы, а осложнённый панкреатит может стать причиной полиорганной недостаточности.

Диета при остром панкреатите

- При остром панкреатите поджелудочная железа воспаляется, организму трудно переваривать жиры, поэтому в первые дни болезни рекомендуется голодание, затем назначается щадящая диета.
- Диетическое питание прописывается пациенту в первые 2-3 месяца. Рацион питания влияет на состав микрофлоры кишечника и на активность его функций.
- Еда должна быть перетертой, кашеобразной.
- Разрешаются молоко и молочные кисели, жидкие каши (лучше на воде), куриный и овощной бульон, овощные пюре.
- В первые две недели из рациона исключаются:
 - копченые, соленые, жирные, жареные и острые блюда;
 - колбасы;
 - специи, майонез, кетчуп;
 - хлебобулочные изделия;
 - алкоголь (от алкоголя и курения желательно отказаться полностью).

Диета при остром панкреатите

• При приеме пищи 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, исключается употребление алкогольных и газированных напитков.

Диета при остром панкреатите

- ❖ Пациенту настоятельно рекомендуется следить за своим весом.
- ❖ Для восстановления нормальной микрофлоры организму полезны молочные и кисломолочные продукты, обильный питьевой режим.
- ❖ 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.