

GASZTROENTEROLÓGIA

SPRING MED BETEGTÁJÉKOZTATÓ KÖNYVEK

**A dieterikus
tanácsaival**

Dr. Magyar Anna

Dr. Csatár Éva

A bélműködés zavarai

Székrekedés, hasmenés, aranyér



Tartalom

A kiadó előszava	9
Beköszöntő	11
Előszó	13

I. AZ EMÉSZTÉS FOLYAMATA

Az emésztés folyamata	17
Hogyan zajlik az emésztés?	18
A bélműködés idegi szabályozása	19
Miért fontos az egészséges bélflóra?	20
A víz szerepe a bélműködésben	22
Mennyi ideig tart az emésztés normálisan?	23
A széklet összetevői	25
A székelés folyamata	25
Mi a gasztrokólikus reflex	29
A normális székürítés feltételei egészséges emberben ..	30

II. A SZÉKREKEDÉS

A székrekedés okai és következményei	35
Mikor beszélünk székrekedésről	36
A székrekedés oka	37
Székrekedést okozó állapotok egészséges emberben	37
Székrekedést okozó gyógyszerek	40
Székrekedést okozó betegségek	41
A székrekedés káros következményei	45
Mi a székletimpaktáció?	45

A bélelzáródás	47
A székrekedés kivizsgálásának menete	49
Mikor kell a székrekedéses beteget kivizsgálni?	50
A beteg kikérdezése	51
Képalkotó eljárások és béltükrözés	52
Motilitási vizsgálat	55
A székrekedés kezelési lehetőségei	56
A normális székürítést biztosító életmód	56
„Trükkök” a székelés megindítására	58
A székürítési zavarok kezelése	59
Kezelés hashajtókkal	60

III. A HASMENÉS

A hasmenés fogalma	67
A hasmenés formái	68
A hasmenés hátrányai és szövődményei	71
A hasmenés lehetséges okai	73
Akut hasmenések	73
Az utazók hasmenése	76
Hasmenést okozó gyógyszerek	77
Az idült (krónikus) hasmenések leggyakoribb okai	81
Nem emésztőszervi okok	82
Az emésztőszervi okok között számtalan betegség szerepel	84
A hasmenéses beteg kivizsgálása	88
A beteg kikérdezése	88
Laborvizsgálatok	89
Képalkotó és endoszkópos vizsgálatok	91

A hasmenés kezelése	93
Mit lehet a hasmenéses beteg?	93
A hasmenés oki kezelése	95
A hasmenés tüneti kezelése	96

IV. AMIT AZ ARANYÉRRŐL TUDNI ÉRDEMES

A végbél anatómiája és a székletürítés mechanizmusa	103
A székürítés mechanizmusa	105
Hogyan történik a széklet visszatartása	107
Mi a kontinencia	107
Mit értünk inkontinencia alatt?	108
A proktológiai vizsgálat menete	110
A beteg kikérdezése (proktológiai anamnézis)	111
Az orvosi vizsgálat	112
A végbél, végbél körüli tájék megtekintése	113
Rektális digitális vizsgálat (RDV)	114
Alsó végbéltükrözés	115
Végbéltükrözés (rektoszkópia)	115
A leggyakrabban előforduló végbélbetegség az aranyér	118
Mikor lesz az aranyérből aranyérbetegség?	120
Tartószerkezet meglazulása	120
Keringési viszonyok változása a párnácskákban	121
Fokozott végbélnyomás vagy -tónus	122
Az aranyérbetegség beosztása	122
Elhelyezkedés szerint	122

Stádiumbeosztásuk szerint	123
Az aranyérbetegség előfordulása és tünetei	124
Az aranyérbetegség szövődményei	129
Az aranyérbetegség kezelése	132
Konzervatív terápia	132
Műtéti megoldások	136

V. DIÉTÁS TANÁCSOK

A székrekedés kezelése természetes úton	143
Mire figyeljünk az étkezésnél?	143
Gyógynövények és gyógyteák krónikus székrekedés esetén	146
Az étrendben javasolt élelmianyagok	147
Javaslatok az ételek elkészítéséhez	155
Rostdús étrend napi 15-30 g rosttartalommal	163
Táplálkozási tudnivalók hasmenés esetén	169
Az étrendben javasolt élelmianyagok	172
Étrendminták hasmenés esetén	176
Az élelmianyagok rosttartalma	179

V. KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK

183

V. HASZNOS INFORMÁCIÓK

Szójegyzék – orvosi kifejezések szótára	189
Ajánlott irodalom	196
Együttműködő partnerek	198
A SpringMed Kiadó kiadványai	205
A SpringMed Kiadó kiadványainak elérhetősége	211

Ki ne tudná, hogy milyen kellemetlen érzés, ha akár szorulásunk, akár hasmenésünk támad? Az aranyeres panaszokról nem is beszélve!

Ám, ha ezek a panaszok visszatérők, az olyan zavart kelt, mellyel már gyakran orvoshoz is kell fordulni. A leggyakoribb okokat, a kivizsgálás menetét és a kezelés (diétás, gyógyszeres, műtéti) módjait érdemes e könyvből áttekinteni.

A belgyógyász szerzőpáros és a dietetikus e téren kiváló segítséget nyújtanak a panaszokkal küzdőknek. Az étrendi tanácsokat pedig hasznos lenne magunkon is kipróbálni, mert az a panaszok megelőzését is jelenti.

Dr. Magyar Anna

magyaranna49@gmail.com



1973-ban szerzett általános orvosi diplomát a Semmelweis Orvostudományi Egyetemen. 2 évig élettanász volt, majd 10 éven át a II. sz. Belgyógyászati Klinkán dolgozott, ott lett belgyógyász. 1985 óta háziorvos Budapesten a II. kerületben. 1971 óta vesz részt az orvos-, ill. szakorvosképzésben. 2001-től 2009-ig a Magyar Gasztroenterológiai Társaság Háziorvosi Szekcióját vezette. Különös érdeklődési területei: gasztroenterológia, kardiológia, hipertónia-gondozás és a gerontológia.

Dr. Csátár Éva

csatar.eva@gmail.com



33 éve vezet proktológiai rendelést. A végbélbetegségek teljes spektrumának átfogása volt a célja, így letette a sebész, belgyógyász és gasztroenterológiai szakvizsgát. A végbél körüli bőrbetegségek megismerésére 5 évet töltött bőrgyógyászati osztályon. A világ szinte valamennyi jól ismert proktológiai rendelésére ellátogatott, illetve dolgozott Sydneytől Genfen át New Yorkig. 15 éve csak magánrendelést tart, coloproktológiai magánrendelést vezet, melynek weblapja: www.gastromed.hu, ezen keresztül levelez a betegekkel.



A sorozat a
Magyar Gasztroenterológiai Társaság
szakmai támogatásával készült

SPRING MED KIADÓ

1980 Ft

ISBN 978-963-9914-81-0



9 789639 914810 >