

Možnosti liečby porúch trávenia

PhDr. Marta Martinčeková

Univerzitná lekárka Farmaceutickej fakulty UK, Bratislava

Úlohou tráviacich ústrojov je prijímať zvonku potravu a spracúvať ju mechanicky a chemicky tak, aby organizmus z nej mohol využiť najvhodnejšie zložky a vylúčiť nepotrebné zvyšky. Choroby tráviacich ústrojov sú časté a závažné. Keďže tráviace ústroje súvisia prostredníctvom prijímanej potravy s vonkajším prostredím, majú do nich ľahký prístup aj škodliviny. Tak vznikajú choroby z nevhodných pokrmov, z infekcie, parazitárne ochorenia, otravy a nádory. Tráviace ústroje sú bohato popretkávané nervovými vláknami. Preto nečudo, že duševné vplyvy, ktoré sa uplatňujú prostredníctvom útrobných nervov, tiež vplyvajú na vznik funkčných, ale aj organických porúch týchto orgánov.

Kľúčové slová: refluxná choroba pažeráka, životný štýl, probiotiká, inhibítory protónovej pumpy, antacidá.

Treatment options for indigestion

The role of the digestive organs is to receive food from outside and process it mechanically and chemically, so that the body could have used the best ingredients of it and eliminate unnecessary scrap. Diseases of the digestive organs are frequent and severe. Since the digestive tract is associated through food with the external environment, the pollutants have easy access to it. This gives rise to disease from bad food and other diseases as infection, parasitic disease, poisoning and cancer. The digestive tract is richly interwoven by nerve fibers. Therefore no wonder that mental influences that are exerted via visceral nerves also affect the onset of functional, but also organic disorders of these organs.

Key words: gastroesophageal reflux disease, lifestyle, probiotics, proton pump inhibitors, antacids.

Prakt. lekár., 2012, 2(2): 70–71

Úvod

Pomerne často sa stretávame v praxi s požiadavkou pacienta riešiť tráviace problémy. Jednoduché to býva v prípade, ak pacient dokáže presne definovať svoje príznaky. Ide najmä o hnačku, nafukovanie, zápchu, prípadne pálenie záhy. Horšie je to v prípade, ak pacient nevie presne definovať, čo ho trápí, a použije iba známu vetu „Bolí ma brucho“. Poďme sa teda pozrieť na možnosti, ktoré sa nám ponúkajú za expedičným okienkom.

Hnačka

Hnačka býva pomerne častým problémom, najzákladnejšie lieky sú živočíšne uhlie a probiotiká. Je potrebné zohľadňovať, že živočíšne uhlie ovplyvňuje účinky ostatných liekov, a preto je dôležité dodržiavať určitý časový odstup. Okrem toho máme na trhu aj iné dostupné preparáty ako Endiex, pri ktorom je však potrebné pacienta upozorniť na nevyhnutnosť jeho používania aspoň tri dni. Ďalším je Imodium, v tomto prípade je liečba pomerne krátka. Dôležitým doplnkom v liečbe hnačky sú probiotiká. Na trhu je ich niekoľko druhov. Je pomerne ťažko zvoliť, resp. určiť to najlepšie. Pri dlhšom užívaní je možno dobré zvoliť niečo, čo sa dávkuje raz denne ako napr. Synbio alebo Probioticus, i keď v prípade toho druhého je skôr vhodné použiť ho na syndróm dráždivého čreva. V prípade krátkodobého použitia máme preparáty ako BioGaia, Lactoflor, Linex a ďalšie. Potrebné je upozorniť pacienta, aby si všimol zmeny ako krv a hlien v stolici, pretože v takomto prípade je nevyhnutné vyhľadať

lekára. Rovnako je dôležitá návšteva lekára, pokiaľ hnačky pretrvávajú.

Nafukovanie

Nafukovanie je pomerne častým problémom, ktorý má niekoľko príčin. V podstate ide o narušenie flóry v čreve. Toto môže byť spôsobené rôznymi intoleranciami, zvýšeným príjmom ovocia a zeleniny, ale aj nevhodnou kombináciou stravy. Najčastejšie vieme pacientovi ponúknuť probiotiká, simeticon, niekde možno ešte aj preparát pod názvom Aqua carminativa. Z bylín je snáď najznámejší fenikel. Rovnako aj v tomto prípade platí pravidlo, že dlhodobé nafukovanie nie je žiaduce a je potrebné obrátiť sa na lekára a stanoviť príčinu. Často ňou býva intolerancia laktózy, s ktorou si možno poradiť. Existujú mliečne výrobky bez obsahu laktózy a preparát Laktazan, ktorý môžeme užiť pred konzumáciou potravín s obsahom laktózy.

Choroby hornej časti tráviaceho traktu

Choroby hornej časti tráviaceho traktu sa vyskytujú pomerne často, ich diagnostika je možná najmä endoskopicky, ale dá sa približne stanoviť aj pomocou symptómov. Zrejme frekvencia týchto ochorení spôsobila aj uvoľnenie niektorých preparátov na výdaj bez lekárskeho predpisu.

Najčastejším problémom býva **refluxná choroba pažeráka**. Pri nej dochádza k presunu žalúdočného obsahu, ktorý je veľmi dráždivý, do pažeráka. Pacienti to pociťujú ako pálenie

Tabuľka 1. Prehľad vybraných liekov na tráviace problémy

Lieky proti hnačke
Carbocit tbl.
Endiex cps. dur 12 alebo 28 cps.
Imodium cps. dur, 8 cps.
Smecta plv. sus 10 alebo 30
Probiotiká
Žalúdočné problémy
Gastrotuss sirup antirefluxný
Maalox tbl. mnd, sus.
Tums pastilky
Talcid tbl. mnd
Anacid sus. porc.
Pantoloc Control tbl. ent 20 mg, 7 alebo 14 tbl. ent.
Nolpaza 20 mg tbl. ent, 7 alebo 14 tbl. ent.
Controloc Control tbl. ent. 20 mg, 7 alebo 14 tbl. ent.
lpraalox 20 mg tbl. ent., 7 alebo 14 tbl. ent.

záhy. Medzi pažerákom a žalúdkom sa nachádza zvierač, ktorý je za normálnych podmienok uzavretý a bráni vniknutiu žalúdočného obsahu do pažeráka. V pažeráku sa nachádza sliznica, ktorá je veľmi citlivá na kyslý obsah žalúdka. Avšak ak sa nám tento zvierač oslabí, kyslý obsah preniká do pažeráka. Ak sa toto deje dlhodobo, môže daný stav prepuknúť do veľmi závažného ochorenia, ako je napr. rakovina pažeráka. Tento stav si však často navodzujeme aj sami neprimeranými dávkami jedla. Obsah žalúdka sa nadmerným množstvom potravy zväčší a dochádza tak k tlaku na zvierač a postupne k jeho oslabeniu. Taktiež nesprávny spôsob predkláňania sa spôsobuje tlak na žalúdok, rovnako pokročilé štádium tehotenstva, ale aj nafukovanie hrubého čreva. Zvláštnou formou je refluxná choroba

mimopažeráková, ktorá zahrňuje problémy v oblasti hlavy, krku a respiračného traktu a ktorej príčinou je tiež reflux žalúdočného obsahu.

Ďalšími ochoreniami môžu byť **zápal žalúdka až žalúdočné vredy, zápal dvanástorníka, nedostatočná tvorba enzýmov a nadmerná alebo nedostatočná tvorba kyseliny**. Netreba totiž zabúdať, že žalúdočná kyselina má aj svoj význam. Okrem iného nás chráni pred baktériami, až na jednu výnimku, ktorou je *Helicobacter pylori*, čo je ďalšia možná príčina ťažkostí.

Pri liečbe je v prvom rade dôležité veľmi pozorne zhodnotiť stav pacienta. Ak ide o občasný problém, ktorý vznikol diétnou chybou, nesprávnym zložením potravy, prípadne sa tento problém často neopakuje, je vhodné zvoliť bežné antacidá ako napr. Talcid, Maalox, Anacid. Nástup účinku je veľmi rýchly, ale krátky. Zásadou je, že sa nemôžu používať dlhodobo alebo často, t. j. 5- až 6-krát denne viac ako týždeň. Relatívnou výhodou je rýchly nástup účinku a možnosť krátkodobo ich užívať v tehotenstve. Je dôležité pacienta upozorniť na možné ovplyvnenie vstrebávania iných liekov. Ďalšou dôležitou informáciou by mohlo byť aj to, že je vhodné užiť jednu dávku pred spaním. V súčasnosti sa stretávame v praxi aj s možnosťou užívania preparátu natrium hydrogencarbonicum. Je pravdou, že dočasne pomôže, avšak následne spôsobuje zvýšené vylučovanie žalúdočnej kyseliny. Podobne je to aj s mliekom. Ono určite okamžite neutralizuje pH v pažeráku, následne však vyvoláva zvýšené vylučovanie žalúdočnej kyseliny. Navyše, ak pacient trpí intoleranciou laktózy, čo nemusí viesť, problémy sa znásobia.

Na trhu máme ešte jeden špecifický preparát *Gastrotuss*, o ktorom sa mnohí mylne domnievajú, že ide o preparát na tlmenie vylučovania žalúdočnej kyseliny. Jeho úlohou je však chrániť žalúdočnú sliznicu a najmä sliznicu pažeráka pred nežiaducou kyselinou. Tá je totiž v pažeráku

veľmi nebezpečná, navyše v noci môže dochádzať k jej mikrospiráciám, ktoré si pacient ani neuvedomuje. Až neskôr zistíme, že má príznaky astmy a chrapot. Často sa stretávame s reakciou pacienta na *Gastrotuss*, že aj tak má kyselinu. Tento preparát by sa mal podávať najmä na noc ako posledný pred spaním. Je dôležité po užití už nič nepiť a nejesť. V podstate je vhodný pre pacientov v čase, keď nepocitujú pálenie záhy, slúži ako prevencia týchto príznakov a urýchľuje hojenie podráždenej sliznice. Môže sa používať aj u malých detí. Ešte raz by sme však zdôraznili, že jeho úlohou nie je ulaviť od pocitov pálenia záhy, ale chrániť pažerák pred agresívnymi žalúdočnými kyselinami.

V súčasnosti máme však ďalšiu možnosť ako pomôcť pacientom. Ak nejde o dlhodobý problém, je vhodné ponúknuť inhibitory protónovej pumpy. *Pantoloc control* obsahuje pantoprazol v dávke 20 mg. V žalúdku inhibuje sekréciu kyseliny chlorovodíkovej. Inhibícia závisí od dávky a pôsobí na bazálnu aj stimulovanú sekréciu. Prináša úľavu počas 24 hodín. Je však nesmierne dôležité užívať ho ráno nalačno 30 až 60 min. pred jedlom, pretože práve v tejto dobe je väčšina protónových pŕpump aktívna. Nie je vhodný pre deti a mladistvých do 18 rokov. Taktiež je známe, že pantoprazol sa vyznačuje najnižším rizikom liekových interakcií zo všetkých inhibítorov protónovej pumpy (2). Vyrába sa v dvoch veľkostiach, s obsahom 7 a 14 tabliet. To je odôvodnené, pretože pri dlhodobějších problémoch je vhodné konzultovať lekára. Túto účinnú látku môžeme nájsť aj v iných preparátoch ako *Nolpaza*, *Ipraalox*, *Controloc control* a ďalších.

Samozrejme, nemali by sme zabúdať motivovať pacienta, aby aspoň raz navštívil gastroenterológa pre prípadné vylúčenie závažných diagnóz ako napr. karcinóm pažeráka, žalúdka, Barrettov pažerák a podobne. V praxi sa určite stretávame aj s dlhodobým používaním inhibí-

torov protónovej pumpy, ale to je v kompetencii lekára-odborníka. Našou úlohou je pacienta dostatočne poučiť o možných rizikách a ponúknuť produkt na príznaky, ktoré nie sú dlhodobé. Vhodné je pacienta poučiť o správnej životospráve: jesť malé dávky a častejšie, vylúčiť jednorazové veľké množstvá potravy, nie je vhodné ležanie po jedle a nočné jedenie. Je dôležité vyhnúť sa situáciám, pri ktorých dochádza k zvyšovaniu vnútrobrušného tlaku, napríklad nosením tesného oblečenia, predkláňaním sa a vyvolávaním tlaku na stolicu, odporúča sa aj zníženie telesnej hmotnosti.

Záver

Pokúsili sme sa poukázať na najčastejšie problémy pacientov z oblasti trávenia. Pri každom riešení problému pacienta je nevyhnutné zistiť príznaky ochorenia, dôkladne sa ho pýtať, aby sme sa vedeli rozhodnúť, či je v našej kompetencii riešiť daný stav, alebo je nevyhnutné pacienta poslať k lekárovi. Trávacie ťažkosti, ktorými pacient trpí, nemusia byť vôbec banálne a niekedy môžu vážne ohrozovať jeho zdravie a život. Pri nejasných odpovediach je určite dôležité pacienta odoslať k lekárovi. Aj keď sa nám rozrastá spektrum liekov bez predpisu, je potrebné vždy dôsledne zhodnotiť stav pacienta poučiť ho o dostupných možnostiach riešenia problému.

Literatúra

1. Žák A. Léčba refluxní choroby jícnu – současný stav. *Vnitřní lékařství* 2009; 55(10): 949–954
2. Blume H, Donath HF et al. Pharmacokinetic drug interaction profiles of PPIs. *Drug Safety* 2006; 29(9): 769–784
3. www.pantoloc-control.cz
4. *PantolocControl SPC*

PhDr. Marta Martinčeková

Univerzitná lekárka
Farmaceutickej fakulty UK
Ružinovská 12, 821 01 Bratislava 2
maira0208@gmail.com



Silbernagl Stefan, Lang Florian:

ATLAS PATOFYZIOLOGIE

Patofyziologie představuje jeden ze základních a nejdůležitějších studijních předmětů v preklinickém studiu medicíny. Seznamuje principiálně s patogenezí všech onemocnění, tím se stává základem klinických znalostí nejen studenta, ale každého lékaře. S vývojem poznání a pokrokom lékařské vědy se patofyziologické znalosti mění, a proto jsou neustále předmětem zájmu a stálého postgraduálního studia lékařů všech oborů. Informace ocení ale i studenti veterinárního lékařství, biologové... Kniha je svým pojetím a zpracováním ojedinělá, neboť patofyziologické pochody jsou vysvětleny pomocí kreseb a schémat a textová část je vždy propojena s obrazem.

Grada, ISBN: 978-80-247-3555-9, kat. číslo 1657, 416 s.



Distribúcia v SR: Grada Slovakia, s. r. o., Moskovská 29, 811 08 Bratislava, tel.: 02/5564 5189

www.grada.sk