



АКАДЕМИЯ
ДОКТОРА РОДИОНОВА

Алексей Парамонов

врач-гастроэнтеролог,
кандидат медицинских наук

**КИШЕЧНИК
С КОМФОРТОМ
ЖЕЛУДОК БЕЗ ПРОБЛЕМ**



МОСКВА
2019

УДК 616.3
ББК 54.13
П18

Во внутреннем оформлении использованы
фотографии и иллюстрации:
Valentina Razumova, marina_ua, Double Brain, Blamb,
Designua, joshya / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

П18 **Парамонов, Алексей Дмитриевич.**
Кишечник с комфортом, желудок без проблем /
А.Д. Парамонов. – Москва : Эксмо, 2019. – 160 с. –
(Академия доктора Родионова).

ISBN 978-5-699-95453-7 (оф. 1)
ISBN 978-5-04-190590-3 (оф. 2)

Жалобы на боли в области желудка и кишечника – одни из самых распространенных в мире. Причем в одних случаях требуется срочная госпитализация (аппендицит или перитонит, например), а в других – достаточно домашнего лечения. Как узнать, когда «уже стоит волноваться», и чем помочь себе в случае острого приступа боли; какие анализы обязательно сделать, а о каких надо лишь задуматься; нужно ли при гастроите придерживаться специального «стола» или это пережитки прошлого – об этом в книге замечательного врача-гастроэнтеролога Алексея Парамонова.

УДК 616.3
ББК 54.13

ISBN 978-5-699-95453-7
ISBN 978-5-04-190590-3

© Парамонов А.Д., текст, 2017
© ООО «Издательство «Эксмо», 2019

Оглавление

Предисловие	9
От автора	13
Глава 1. Острая и хроническая боль в животе: что делать, если заболело внезапно	16
Глава 2. Боль и дискомфорт в «желудке»	21
2.1. Почему у одного человека не болит большая язва, а у другого невыносимо болит «маленький» гастрит	23
2.2. Невидимые связи: зачем гастроэнтеролог назначает антидепрессант	27
2.3. Гастрит или функциональные нарушения?	30
Глава 3. Хеликобактерная инфекция (<i>H. pylori</i>): насколько она ужасна и заразна	32
3.1. Можно ли гастрит победить диетой? Вся правда о лечебном питании	32

3.2. Инфекционная природа гастрита и язвы	34
3.3. Кого лечить не надо	38
3.4. Методы тестирования и лечения	39
Глава 4. Опоясывающая боль в верхней части живота и боль в подреберьях. Особенности «отечественного» панкреатита	
46	
4.1. Желчнокаменная болезнь. Когда нужна операция	51
4.2. Можно ли не удалять желчный пузырь	52
4.3. Вся правда о полипах желчного пузыря	52
Глава 5. Боль около пупка, в подвздошных областиах, боль по всему животу. Что же раздражает кишечник	
57	
5.1. Толстая или тонкая	57
5.2. Толстая кишка: причины боли и показания к колоноскопии	61
5.3. Возможные результаты колоноскопии. Что же мы нашли	65
5.4. Синдром раздраженной кишки или дисбактериоз	66
5.5. Маски. Когда на самом деле болит не живот: хроническая боль в передней брюшной стенке; миофасциальный	

болевой синдром; хроническая тазовая боль	77
Глава 6. Тошнота и рвота	82
6.1. Если тошнота и рвота единственные симптомы	83
6.2. Тошнота, рвота и диарея при инфекциях	88
6.3. Обезвоживание	92
Глава 7. Изжога, отрыжка и болезни, с ними связанные	94
7.1. Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь (ГЭРБ)	95
7.2. Нестандартные проявления рефлюкса. Хроническая ангинозная или ГЭРБ? Острый панкреатит или эзофагоспазм? Просто запах изо рта или.....	100
7.3. Функциональная изжога и смежные проблемы. Антирефлюксные операции. Ожжении в языке	107
Глава 8. Диарея (понос)	112
8.1. Органические причины диареи Неспецифический язвенный колит. Болезнь Крона. Микроскопический колит	113
8.2. Антибиотик-ассоциированная диарея и колит	119

8.3. Панкреатическая стеаторея (диарея) и лечение ферментами	127
8.4. Дисбактериоз и пробиотики: какие «полезные бактерии» на самом деле работают	131
8.5. Функциональная диарея. Синдром раздраженной толстой кишки	132
Глава 9. Запор	135
9.1. Запор у детей	136
9.2. Запор у взрослых и пожилых людей ..	139
Глава 10. Рак пищевода, желудка и колоректальный рак. На роду написано или можно изменить судьбу	145
Об авторе	151
Часто задаваемые вопросы	152
Алфавитный указатель.....	156



Предисловие



Основатель серии Академия доктора Родионова
Антон Родионов и главный редактор
медицинского направления
Ольга Шестова

От Ольги Шестовой

Желудочно-кишечным трактом занимается врач-гастроэнтеролог, и для освещения этой нужной для здоровья темы мы пригласили Алексея Парамонова. Доктор Парамонов, терапевт, гастроэнтеролог – яркий представитель серии «Академия доктора Родионова» – сможет простым человеческим языком объяснить сложные медицинские вещи о вашем здоровье.

Тема книги важна буквально для каждого, потому что, с одной стороны, всем знаком дискомфорт в области живота, а с другой – в этой медицинской области, как ни в какой другой, распространены мифы и заблуждения, и не только среди нас, пациентов, но и среди врачей. Не все знают, что многие проблемы, с которыми, казалось бы, надо идти к терапевту или педиатру, на самом деле находятся в ведении гастроэнтеролога.

Например, если у вас болит горло, на нем пузирчатые высыпания, скорее всего, проблема вызвана гастрологическим заболеванием, это может быть энтерит.

У двух процентов детей в нашей стране периодически наблюдается рвота. Это очень большая цифра, если перевести на человеческие жизни. Синдром циклической рвоты – вариант нормы, состояние, которое не требует лечения. К сожалению, педиатры, как правило, почти поголовно не в курсе, и в результате в медицинскую карту младшего школьника записывают «гастрит» и прописывают ненужную терапию.

Диагноз «поверхностный гастрит» часто вообще не имеет смысла и не требует никакого лечения. Просто надо знать, что его пишут, чтобы у недоверчивого пациента было ощущение, что он не зря пришел к врачу, все-таки что-то обнаружили. Учтите, пожалуйста, что поверхностный гастрит – это то же самое, что «практически здоров».

В то же время правильное, вовремя начатое лечение, когда оно действительно нужно, может избавить человека от тяжелых заболеваний, включая он-