



ELSEVIER

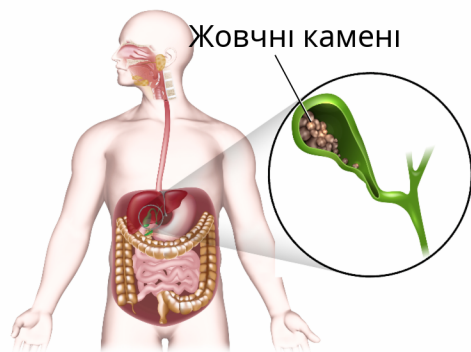
# Холелітіаз

## Вступ

Холелітіаз — це захворювання, при якому у жовчному міхурі утворюються жовчні камені. Жовчний міхур — це орган, який зберігає жовч. Жовч — це рідина, яка допомагає перетравлювати жири. Жовчні камені починаються у вигляді невеликих кристалів і можуть повільно переростати у камені. Вони можуть не викликати симптомів, поки не блокують протоку жовчного міхура або кістозну протоку, коли жовчний міхур звужується (*стискається*) після вживання їжі. Це може викликати біль і відоме як напад жовчного міхура або жовчовивідні кольки.

Існує два основні типи жовчних каменів:

- Холестеринові камені. Це найпоширеніший тип жовчного каменю. Ці камені складаються із затверділого холестерину і зазвичай мають жовто-зелений колір. Холестерин — це жироподібна речовина, яка виробляється в печінці.
- Пігментні камені. Вони мають темний колір і складаються з червоно-жовтої речовини, яка називається білірубіном, що утворюється, коли гемоглобін з еритроцитів розпадається.



## Які причини?

Цей стан може бути викликаний дисбалансом у різних частинах, які виробляють жовч. Це може статися, якщо у жовчі:

- Занадто багато білірубіну. Це може статися при певних захворюваннях крові, таких як серпоподібноклітинна анемія.
- Занадто багато холестерину.
- Не міститься достатньої кількості жовчних солей. Ці солі допомагають організму поглинати та перетравлювати жири.

У деяких випадках цей стан також може бути викликаний неповним або недостатньо частим спорожненням жовчного міхура. Це часто трапляється під час вагітності.

## Що підвищує ризик?

Такі фактори можуть підвищити ймовірність розвитку цього захворювання:

- Жіноча стать.
- Багатоплідна вагітність. Медичні працівники іноді рекомендують видалити уражені жовчні міхури перед майбутніми вагітностями.
- Дотримання дієти, яка багата смаженою їжею, жиром і рафінованими вуглеводами, такими як білий хліб і білий рис.
- Ожиріння.
- Вік більше 40 років.
- Застосування лікарських препаратів, що містять жіночі гормони (*естроген*) протягом тривалого часу.
- Швидке зменшення ваги.
- Сімейний анамнез жовчних каменів.
- Наявність певних медичних проблем, таких як:
  - Цукровий діабет.
  - Муковісцидоз.
  - Хвороба Крона.
  - Цироз або інше довготривале (*хронічне*) захворювання печінки.
  - Певні захворювання крові, такі як серпоподібноклітинна анемія або лейкоз.

## Які ознаки або симптоми?

У багатьох випадках жовчні камені не викликають жодних симптомів. Якщо у Вас є жовчні камені, але немає симптомів, у Вас безсимптомні жовчні камені. Якщо жовчний камінь блокує Вашу жовчну протоку, це може спричинити напад жовчного міхура. Основним симптомом нападу жовчного міхура є раптовий біль у верхній правій частині живота. Біль:

- Зазвичай з'являється вночі або після прийому їжі.
- Може тривати одну годину або більше.
- Може поширюватися на Ваше праве плече, спину або грудну клітку.
- Може відчуватися як розлад травлення. Це відчуття дискомфорту, печіння або переповнення живота.

Якщо жовчовивідна протока заблокована протягом більше кількох годин, це може викликати інфекцію або запалення Вашого жовчного міхура (*холецистит*), печінки або підшлункової залози. Це може призвести до:

- Нудоти або блювання.
- Здуття живота.
- Болю у животі, що триває протягом 5 годин або довше.
- Болючості у верхній частині Вашого живота, часто у верхній правій частині живота та під Вашою грудною кліткою.
- Гарячки або ознобу.
- Пожовтіння шкіри або білих частин Ваших очей (*жовтяниця*). Зазвичай це трапляється, коли камінь заважає жовчі проходити через загальну жовчну протоку.
- Сеча темного кольору або випорожнення світлого кольору.

## Як це діагностується?

Це захворювання може бути діагностовано на основі:

- Фізикального обстеження.
- Вашої історії хвороби.
- Ультразвуку.
- КТ.
- МРТ.

Ви також можете пройти інші аналізи, у тому числі:

- Аналізи крові для перевірки на ознаки інфекції або запалення.
- Холесцинтиграфію або сканування HIDA. Це сканування Вашого жовчного міхура та жовчних протоків (*жовчовивідна система*) з використанням нешкідливого радіоактивного матеріалу та спеціальних камер, які можуть бачити радіоактивний матеріал.
- Ендоскопічну ретроградну холангіопанкреатограму. Це передбачає введення маленької трубки з камерою на кінці (*ендоскоп*) через Ваш рот для огляду жовчних протоків і перевірки на предмет блокування.

## Як це лікується?

Лікування цього стану залежить від тяжкості захворювання. Безсимптомні жовчні камені не потребують лікування. Лікування може знадобитися, якщо закупорка викликає напад жовчного міхура або інші симптоми. Лікування може включати:

- Лікування вдома, якщо симптоми не тяжкі.
  - Під час простого нападу жовчного міхура не вживайте їжу та напої протягом 12-24 годин (за винятком води та прозорих рідин). Це допомагає «охолодити» Ваш жовчний міхур. Через 1 або 2 дні Ви можете почати їсти прості продукти або продукти без домішок, такі як бульйон та сухарики.
  - Вам також можуть знадобитися лікарські препарати для лікування болю, нудоти або них обох.
  - Якщо у Вас холецистит і інфекція, Вам потрібні антибіотики.
- Госпіталізація, якщо це необхідно для контролю болю або холециститу з тяжкою інфекцією.
- Холецистектомія або хірургічна операція з видалення Вашого жовчного міхура. Це найпоширеніше лікування, якщо всі інші методи лікування не були ефективними.
- Лікарські препарати для розщеплення жовчних каменів. Вони найбільш ефективні при лікуванні невеликих жовчних каменів. Лікарські препарати можуть застосовуватися протягом періоду до 6-12 місяців.
- Ендоскопічна ретроградна холангіопанкреатограма. Невеликий кошик можна прикріпити до ендоскопа та використовувати для захоплення та видалення жовчних каменів, в основному тих, які знаходяться у загальній жовчній протоці.

## Дотримуйтеся цих інструкцій вдома:

### Лікарські препарати

- Приймайте безрецептурні та рецептурні препарати лише відповідно до вказівок Вашого лікаря.

- Якщо Вам призначили антибіотик, приймайте його відповідно до вказівок Вашого лікаря. **Не** припиняйте прийом антибіотика, навіть якщо Вам стане краще.
- Запитайте у Вашого лікаря, чи при прийомі призначених лікарських препаратів Вам необхідно уникати керування автомобілем або використання механізмів.

### Їжа та напої

- Пийте достатньо рідини, щоб Ваша сеча залишалася блідо-жовтою. Це важливо під час нападу жовчної кольки. Перевага надається воді та прозорим рідинам.
- Дотримуйтеся здорового харчування. Це включає:
  - Зниження споживання жирної їжі, такої як смажені продукти та продукти з високим вмістом холестерину.
  - Зниження кількості рафінованих вуглеводів, таких як білий хліб і білий рис.
  - Споживання більшої кількості клітковини. Спроба споживати такі продукти, як мигдаль, фрукти та боби.

### Вживання алкоголю

- Якщо Ви вживаєте алкоголь:
  - Обмежте кількість, яку Ви вживаєте:
    - 0–1 порцій напоїв на день для невагітних жінок.
    - 0–2 порцій напоїв на день для чоловіків.
  - Зверніть увагу на те, скільки алкоголю міститься у Вашому напої.

### Загальні інструкції

- **Не** використовуйте продукти, що містять нікотин або тютюн, такі як сигарети, електронні сигарети та жувальний тютюн. Якщо Вам потрібна допомога, щоб кинути палити, зверніться до свого лікаря.
- Підтримуйте здорову вагу.
- Приходьте на всі візити подальшого спостереження відповідно до вказівок Вашого лікаря. Вони можуть включати консультації з хірургом або фахівцем. Це важливо.

### Зверніться до лікаря, якщо:

- Ви вважаєте, що у Вас стався напад жовчної кольки.
- Вам поставили діагноз «безсимптомні жовчні камені», і у Вас з'явився біль у животі або розлад травлення.
- Напади трапляються у Вас все частіше.
- У Вас сеча темного кольору або випорожнення світлого кольору.

### Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- Ви відчуваєте біль під час нападу жовчної кольки, який триває понад 2 години.
- Ви відчуваєте біль у Вашому животі, що триває більше 5 годин або погіршується.
- У Вас гарячка або озноб.
- У Вас нудота та блювання, які не зникають.
- У Вас розвивається жовтяниця.

### Підсумок

- Холелітіаз — це захворювання, при якому у жовчному міхурі утворюються жовчні камені.
- Цей стан може бути викликаний дисбалансом у різних частинах, які виробляють жовч. Це може статися, якщо у Вашій жовчі занадто багато білірубину або холестерину або недостатньо жовчних солей.
- Лікування жовчних каменів залежить від тяжкості захворювання. Безсимптомні жовчні камені не потребують лікування.
- Якщо жовчний камінь викликає напад жовчної кольки або інші симптоми, лікування зазвичай передбачає відмову від їжі та напоїв. Лікування також може включати знеболювальні препарати та антибіотики, а іноді й перебування у лікарні.
- Хірургічне втручання для видалення жовчного міхура є поширеним явищем, якщо всі інші види лікування не спрацювали.