**Панкреатит: причины, симптомы и правила профилактики**



Панкреатит – это воспаление поджелудочной железы.

Одна из функций поджелудочной железы – выработка панкреатического сока. Он содержит пищеварительные ферменты, которые необходимы для расщепления белков, жиров и углеводов, поступающих в организм с пищей. В норме эти ферменты должны по протоку поджелудочной железы «пройти» в двенадцатиперстную кишку, здесь активизироваться и приступить к выполнению своих «обязанностей».

Однако в некоторых случаях они начинают свою работу раньше, чем положено, находясь еще внутри поджелудочной. Из-за этого ткани железы повреждаются (по сути, она переваривает саму себя), это ведет к ее воспалению, а иногда и к омертвению значительной части ее клеток – панкреонекрозу.

Ни один другой орган не может взять на себя все функции поджелудочной железы. Поэтому гибель ее клеток – это невосполнимый удар по организму (а обширный панкреонекроз и вовсе несет угрозу жизни).

Стать причиной острого панкреатита могут многие факторы. Самые распространенные из них таковы:

* **Злоупотребление алкоголем.**Примерно 50% всех случаев панкреатита были вызваны именно этим. В ответ на прием спиртного повышается концентрация ферментов в панкреатическом соке. Он медленнее движется по протокам и может активизироваться, не дойдя до кишечника. К тому же алкоголь вызывает спазм сфинктера, расположенного между поджелудочной железой и двенадцатиперстной кишкой. В норме он должен пропускать ферменты в кишечник, но блокировать выход из него перевариваемой пищи. После злоупотребления спиртным он может вовремя не открыться, заблокировав панкреатический сок в протоках
* **Несбалансированное питание** с большим количеством жирной, острой пищи в рационе. Особенно опасно, если человек наедается на голодный желудок и сопровождает свою трапезу приемом алкоголя. Неслучайно приступы острого панкреатита и обострения хронического часто возникают после праздников.
* **Желчнокаменная болезнь.** Именно ее осложнением являются примерно 20% всех случаев панкреатита. Если схематично нарисовать желчный проток и проток поджелудочной железы, они будут похожи на изображение рек на географической карте. Оба «ручья» впадают в «море» – двенадцатиперстную кишку. На небольшом участке перед ней они «сливаются» воедино, образуя общий канал. Если по желчному протоку идет камень, попав в эту часть, он может заблокировать «ворота» и в поджелудочную железу, вызвав застой ферментов.
* **Травмы живота**, воспалительные заболевания какого-либо органа брюшной полости.
* **Инфекции.**Например, вирусные гепатиты. В некоторых случаях панкреатит может развиваться как осложнение гриппа.

Симптомы острого панкреатита очень яркие, на них сложно не обратить внимания:

* Сильная боль в верхнем отделе живота, чаще посередине или слева, иногда отдающая в спину (такие боли называют опоясывающими).
* Тошнота, рвота, которая не приносит облегчения.
* Общая слабость.
* Учащенное сердцебиение.
* Кашицеобразный стул, часто – с остатками непереваренной пищи.

При появлении таких симптомов необходимо обратиться к гастроэнтерологу.

**Памятка пациенту**

При симптомах острого панкреатита нужно срочно вызывать скорую. Сам по себе этот недуг может представлять угрозу для жизни. К тому же по своим проявлениям он схож с приступами аппендицита и инфарктом миокарда, которые также требуют срочной врачебной помощи.

**До приезда скорой помощи:**

* откажитесь от еды и питья – они способствуют дополнительному раздражению поджелудочной железы;
* примите горизонтальное положение и попытайтесь расслабить мышцы живота – это позволит немного уменьшить боль;
* приложите к больному месту грелку с холодной водой или пузырь со льдом, завернутый в полотенце;
* не принимайте никаких лекарств – они смазывают клиническую картину и затрудняют диагностику.

Главный принцип лечения острого панкреатита можно выразить тремя словами – холод, голод и покой. В течение нескольких дней придется воздержаться от пищи, разрешены только минеральная вода без газа, отвар шиповника и некрепкий чай. Обязателен постельный режим и холодные компрессы на верхнюю часть живота.

Необходимо, чтобы врач контролировал ваше состояние, дабы вовремя заметить осложнения. К тому же именно доктор должен выписать лекарства, которые способствуют снятию приступа. Это обезболивающие средства и спазмолитики, ферментные препараты и средства для уменьшения кислотности желудочного сока. При угрозе нагноения используют антибиотики. При абсцессе поджелудочной железы и обширном панкреонекрозе необходимо хирургическое вмешательство.

**Помните, самолечение опасно для жизни, за консультацией по поводу применения любых лекарственных препаратов обращайтесь к врачу.**