

HELICOBACTER PYLORI

W dzisiejszych czasach wiele się sły-
szy o *Helicobacter pylori*, ale co rze-
czywiście się kryje pod tą nazwą, nie-
wielu z nas wie. Odkrycie tej bakterii,
a potem jej dokładniejsze zbadanie
znacznie ułatwiło leczenie wielu cho-
rób żołądka.

SPRYTNA BAKTERIA

Helicobacter pylori to spiralna bakteria przystosowana do życia w żołądku, w warstwie śluzu pokrywającego jego ściany. Może również bytować w jelitach i przewodach żółciowych. Bakteria produkuje enzym - ureazę, który rozkłada mocznik w amoniak, co powoduje zmianę środowiska wokół bakterii z kwaśnego na neutralne i umożliwia przeżycie jej w kwaśnym środowisku żołądka. Toksyny, które produkuje *Helicobacter pylori* mogą prowadzić do stanu zapalnego błony śluzowej, choroby wrzodowej, a także zwiększać ryzyko rozwoju nowotworu żołądka. Bakteria wywołuje stan zapalny błony śluzowej żołądka i dwunastnicy. Może to prowadzić do zaniku błony śluzowej (tzw. zapalenie zanikowe). Im dłużej trwa stan zapalny, tym bardziej niszczy on błonę śluzową żołądka, a to z czasem może powodować powstanie wrzodu - głębokiej rany w błonie śluzowej. Powikłaniem może być również choroba Menetriera - postać zapalenia żołądka z przerostem błony śluzowej oraz chłoniak żołądka - powstający przy długo trwającym zapaleniu. Dwie ostatnie choroby

najczęściej ustępują po wyleczeniu infekcji. **BAKTERIA MOŻE TEŻ POWODOWAĆ POWSTANIE NOWOTWORU, JEDNAK NIE U KAŻDEGO MUSI TO WYSTĄPIĆ. JEST TO JEDNA Z NAJWAŻNIEJSZYCH PRZYCZYŃ, PONADTO DUŻY WPŁYW MAJĄ WARUNKI ŚRODOWISKOWE, INDYWIDUALNE REAKCJE ORGANIZMU, GENETYKA I WIELE INNYCH CZYNNIKÓW.**

ŹRÓDŁA ZAKAŻENIA

Do zakażenia najczęściej dochodzi w dzieciństwie, zdecydowanie rzadziej u osób dorosłych. Bakteria może utrzymywać się w żołądku i mnożyć przez lata. **DO ZAKAŻENIA MOŻE DOJŚĆ PRZEZ ŚLINĘ, KAŁ LUB WODĘ, W KTÓREJ ZNAJDUJĄ SIĘ BAKTERIE NP. JEDZENIE ZE WSPÓLNYCH NACZYŃ, PICIE Z TEJ SAMEJ BUTELKI, NIEMYTE OWOCE I WARZYWA ITP. ZAKAŻENIU SPRZYJAJĄ ZŁE WARUNKI**

HIGIENICZNE, A TAKŻE NIEDOŻYWIENIE I NIEDOBÓR WITAMIN W DIECIE.

Zachorowania występują częściej w krajach rozwijających się, a wraz z poprawą warunków sanitarnych liczba zakażonych znacznie spada.

Większość zakażeń przebiega bezobjawowo lub może przez wiele lat nie dawać żadnych dolegliwości. Na początku powoduje ubytki w błonie >>





śluzowej żołądka, które z czasem mogą powiększać się i powodować stan zapalny. U niektórych osób *Helicobacter pylori* może powodować problemy żołądkowe, przemijające lub trwające przez dłuższy czas. Do najczęstszych objawów należą: niestrawność, wzdęcia, ból w nadbrzuszu, zgaga, odbijanie, nudności, wymioty, złe samopoczucie, problemy z wypróżnianiem tj. biegunka lub zaparcia. Szybkie ustąpienie objawów nie znaczy, że pozbyliśmy się bakterii, ponieważ aby to osiągnąć potrzebne jest odpowiednie leczenie.

DIAGNOSTYKA

Gdy odczuwamy przewlekły dyskomfort w przewodzie pokarmowym warto wybrać się na wizytę do lekarza. Do zdiagnozowania zmian czy zakażenia *Helicobacter pylori* zalecana jest najczęściej endoscopia ścian żołądka, polegająca na wprowadzeniu wziernika, w czasie której pobierany jest wycinek do badania, a następnie oceniany w laboratorium pod kątem zmian. Jest to metoda bardzo dokładna, pozwalająca wykryć infekcję, ale również stosowana do oceny le-

czenia. Inną metodą diagnostyki jest test oddechowy z mocznikiem, mniej inwazyjny od poprzedniego. Przed tym testem należy wstrzymać się ze stosowaniem pewnych leków, według zalecenia lekarza. Kolejną również skuteczną metodą jest test oznaczenia antygenu *Helicobacter pylori* w kale. Jeżeli podejrzewamy u siebie zakażenie możemy samodzielnie w domu zrobić test z krwi. Jest on dostępny w większości aptek i bardzo prosty w użyciu, nie jest jednak odpowiedni, jak w przypadku poprzed-



nich testów, do oceny wyleczenia. W celu potwierdzenia diagnozy trzeba zgłosić się na badanie lekarskie.

METODY LECZENIA

LECZENIE POWINNO BYĆ PROWADZONE WYŁĄCZNIE PRZEZ LEKARZA.

Zakażenie *Helicobacter pylori* leczy się lekami antybakteryjnymi, głównie antybiotykami. Podaje się najczęściej nawet dwa leki przeciwbakteryjne równocześnie. Zwykle stosowane to amoksylicyna, klarytromycyna, metronidazol. Dodatkowo zaleca się też leki zmniejszające wydzielanie kwasu żołądkowego m.in. omeprazol, pantoprazol, esomeprazol. Leczenie najczęściej trwa siedem dni, a gdy po czterech tygodniach od zakończenia leczenia nie stwierdza się obecności bakterii, wtedy leczenie uznaje się za zakończone. W przypadku nieskuteczności takiego leczenia stosuje się inny zestaw leków, a antybiotyki dobiera na podstawie antybiogramu czyli testu sprawdzającego wrażliwość bakterii, pobranych wraz z wycinkiem podczas badania endoskopowego, na dany antybiotyk. **DO UZUPEŁNIENIA TERAPII WARTO STOSOWAĆ PROBIOTYKI, SĄ ONE KONKURENCJĄ DLA SZKODLIWYCH BAKTERII, WYTWARZAJĄ KWAS MLEKOWY PRZEZ CO ZMIENIAJĄ ŚRODOWISKO NA MNIEJ KORZYSTNE DLA HELICOBACTER PYLORI ORAZ WZMACNIAJĄ NATURALNĄ ODPORNOŚĆ ORGANIZMU.**

Utrudnieniem w całkowitym usunięciu bakterii może być oporność na antybiotyki spowodowana zbyt częstym ich stosowaniem, szczególnie w sytuacjach gdy nie jest to wymagane oraz nieprzestrzeganie zaleceń lekarza, stosowanie innych dawek, skrócenie czasu trwania terapii. Nawet pomimo całkowitego wyleczenia istnieje możliwość ponownego zakażenia, jeżeli nie przestrzega się zasad profilaktyki.

W PROFILAKTYCE SZCZEGÓLNIE WAŻNE JEST PRZESTRZEGANIE PODSTAWOWYCH ZASAD HIGIENY, MYCIE RĄK PO KAŻDEJ WIZYCIE W TOALECIE ORAZ PRZED JEDZENIEM, MYCIE OWOCÓW I WARZYW. WARTO DBAĆ O PRAWIDŁOWE ŻYWIENIE, DIETĘ BOGATĄ W WITAMINY, SZCZEGÓLNIE C, E ORAZ BETA- KAROTEN.

Zakażenie *Helicobacter pylori* jest częstym problemem u ludzi, może prowadzić do wielu poważnych chorób, ale ważne jest, by w razie wystąpienia niepokojących objawów zgłosić się do lekarza i podjąć odpowiednie leczenie. W ten sposób można uniknąć powikłań i długotrwałej terapii.

MARTA KIWAK

Pracownik Apteki

REKLAMA

Suplement diety. Opakowanie zawiera 30 kapsułek.

Gold-Vit C[®] 1000 Forte

Witamina C nowej generacji
PureWay-C[®]

Gold-Vit C[®]

1000 Forte

MAKSYMALNA DAWKA WITAMINY C W POSTACI

Preparat z zalecaną 1 kapsułką raz dziennie po posiłku, głównym lub inaczej po konsultacji z lekarzem.

RWS (Referencyjna Wartość Spożycia) oraz ilość każdego suplementu diety zalecanych do spożycia w ciągu dnia można znaleźć na opakowaniu preparatu. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Dla utrzymania prawidłowego stanu zdrowia należy stosować zróżnicowaną dietę i prowadzić zdrowy tryb życia.

Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety.

Informacja żywieniowa	z kapsułką
PureWay-C [®]	1113 mg
w tym: Witamina C	1000 mg (100%)
Bioflawonoidy cytrusowe (z PureWay-C [®])	25 mg

RWS - referencyjna wartość spożycia

Podmiot odpowiedzialny: Olimp Laboratories Sp. z o.o. Nądzęczyn 109 c, 39-200 Dębica