

УДК 616.3-008.1

ФАКТОРЫ ПАТАЛОГИИ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ЧЕЛОВЕКА

*Хайдаров Б.Д., студент 3 курса факультета ветеринарной
медицины и биотехнологии
Научный руководитель - Романова Е.М., д.б.н, профессор
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ*

Ключевые слова: пищеварительная система, заболевания пищеварительной системы, профилактика.

В статье рассматриваются принципы функциональной организации пищеварительной системы и наиболее распространенные виды патологии.

Пищеварительная система снабжает наш организм необходимыми веществами [1]. Пищевые продукты не могут быть поглощены клетками без изменений. Белки, жиры и углеводы, поступающие из пищи, сначала разбиваются на простые вещества: крахмал расщепляется до глюкозы, протеины расщепляются до аминокислот, жиры расщепляются до глицерина и жирных кислот [2,3]. Продукты расщепления всасываются в кровоток и доставляются в ткани. Затем в клетках происходит образование углеводов, белков и жиров, необходимых для организма человека [1-3].

Болезни органов пищеварения сегодня занимают одно из ведущих мест среди заболеваний внутренних органов. Это связано с тем, что на работу пищеварительной системы постоянно влияют внешние факторы: диета, образ жизни и физическая активность [4,5].

Помимо структурных изменений органы пищеварения также подвержены функциональным нарушениям. К внутренним органам пищеварительной системы относятся: пищевод, желудок, кишечник, печень и поджелудочная железа. Желчные протоки также участвуют в пищеварении. Одним из самых ранних признаков заболеваний органов пищеварения является изжога, отрыжка, тошнота, желтая бляшка на языке, урчание в животе, метеоризм, несварение желудка (запор / жидкий стул), периодические боли в животе [1-3].

Необходимо своевременно обратить внимание на возникновение этих симптомов. И самое главное, всегда стоит помнить, что небольшое недомогание можно просто устранить, но в конечном итоге это может привести к более серьезным заболеваниям, таким как язва желудка и двенадцатиперстной кишки, а также рак пищеварительной системы.

Наиболее распространенные заболевания органов пищеварения: гастрит, язвенная болезнь, желчнокаменная болезнь, панкреатит [1-3].

Факторы риска: - возраст. Риск рака пищеварительной системы повышен у мужчин старше 50 лет, риск язвенной болезни повышен у мужчин в возрасте 20-40 лет, а риск развития желчнокаменной болезни повышен у женщин старше 40 лет [2].

Пол как фактор риска. Рак желудка в 2 раза чаще развивается у мужчин, тогда как желчнокаменная болезнь развивается в 3-5 раз чаще у женщин [2].

Роль наследственности. Если ваши родители или другие близкие родственники имели в прошлом язвенную болезнь или рак желудка и толстой кишки, то в вашем случае возрастает риск развития соответствующих заболеваний [1,2].

Избыточный вес как фактор риска. Наиболее сильный избыточный вес влияет на развитие таких заболеваний, как панкреатит, рак желчного пузыря и желчнокаменная болезнь [1,4,5].

Злоупотребление алкоголем. Такая зависимость, как зависимость от алкоголя, удваивает риск развития язвенной болезни, рака желудка, панкреатита, гепатита и цирроза печени.

Курение. Это один из решающих факторов развития язвы желудка. При существующей язвенной болезни лечение не дает значительных результатов, если человек продолжает курить [4,5].

Неправильное питание. Обилие в рационе жирного и жареного, красного мяса, фаст-фуда, избытка углеводов (особенно простых), копченого и соленого мяса и рыбы, маринадов, консервантов - все это значительно увеличивает риск развития рака желудка и других заболеваний пищеварительной системы [2,3].

Нарушение диеты. Отказ от завтрака, длительные перерывы в еде (более 4-5 часов), прием пищи перед сном, питье соды натоцак и другие расстройства пищевого поведения способствуют развитию всех видов заболеваний органов пищеварения [1,2] - от относительно безвредного гастрита на рак желудка.

Стресс. В организме, который испытывает стресс или нервное напряжение, возникает спазм капилляров желудка. Это предотвращает выделение слизи, которая защищает слизистую оболочку. Желудочный сок разъедает слизистую оболочку и ткани желудка, что приводит к образованию язвы - и, как следствие, к развитию язвенной болезни. Кроме того, стресс вызывает дисбаланс кишечной микрофлоры, что означает дисбиоз [3].

Злоупотребление кофе и газированными напитками. Кофе содержит хлорогеновые кислоты, которые могут вызывать изжогу, раздражение слизистой оболочки желудка. Что касается злоупотребления газированными напитками (употребление более 1 литра напитка в день считается превышением дозы), то отрицательный эффект проявляется в раздражающем воздействии углекислого газа на стенки желудка, который, в свою очередь, приводит к развитию гастрита, язв и т. д. [1, 2].

Низкая физическая активность. Отсутствие движения, отсутствие тонуса усложняет задачу организма по борьбе с негативными факторами [3,4].

Переедание. Если вы потребляете слишком много пищи, желудок не в состоянии вырабатывать достаточное количество желудочного сока, поэтому пища перерабатывается и всасывается неправильно. Это приводит к проблемам, а затем к заболеваниям пищеварительной системы [4-5].

Патология пищеварительного тракта сегодня входит в десятку самых распространенных заболеваний человека, находясь на седьмом месте. Более того, заболевания пищеварительной системы могут вызывать патологию других систем органов и приводить к нарушению согласованного функционирования организма человека [5].

Библиографический список:

1. Биология : учебник / Е. М. Романова, Т. М. Шленкина, Л. А. Шадыева, В. Н. Любомирова, Д. С. Игнаткин, К. В. Шленкин. - Ульяновск, 2016.
2. Биология : учебное пособие. Т. Ч. 1 / Е. М. Романова, Т. М. Шленкина, Л. А. Шадыева, В. Н. Любомирова, М. Э. Мухитова. - Ульяновск, 2017.
3. Биология в школе / Е. М. Романова, Т. М. Шленкина, Л. А. Шадыева, В. Н. Любомирова, М. Э. Мухитова. - 2017. - № 1. – С. 256.
4. Экология : учебное пособие. Ч. 2 / Т. М. Шленкина, Е. М. Романова, Л. А. Шадыева, В. Н. Любомирова, М. Э. Мухитова, К. В. Шленкин. - Ульяновск, 2017. - 152с.
5. Экология : учебное пособие. Ч. 1 / Т. М. Шленкина, Е. М. Романова, Л. А. Шадыева, В. Н. Любомирова, М. Э. Мухитова, К. В. Шленкин. - 2017. - 248с.

FACTORS OF THE HUMAN DIGESTIVE SYSTEM PATHOLOGY

Khaidarov B.D.

Key words: *digestive system, diseases of the digestive system, prevention.*

The article discusses the principles of the functional organization of the digestive system and the most common types of pathology.