

Заболевания желудочно-кишечного тракта в пожилом возрасте

Пищеварительный тракт человека представляет собой систему органов, отвечающую за переваривание пищи, извлечение из нее питательных веществ, их усвоение и выведение продуктов жизнедеятельности. Пищеварительная система является очень сложной, поэтому проблемы с органами ЖКТ часто сопровождают человека на протяжении всей жизни. Гастрит, эзофагит, колит, панкреатит, дисбактериоз, синдром раздраженного кишечника, доброкачественные и злокачественные новообразования – это только небольшая часть списка распространенных диагнозов. Причин возникновения заболеваний много, основными являются: стресс, грубые нарушения пищевого поведения, наследственная предрасположенность, бесконтрольный прием антибиотиков и т. д.

С возрастом вероятность проблем с ЖКТ возрастает. Прежде всего, это связано с изменением гормонального фона и замедлением метаболизма. На фоне общего снижения функций человеческого организма неполадки в работе ЖКТ становятся более выраженными.

Проблемы с зубами. Процесс пищеварения начинается в полости рта. Отсутствие и деформация зубов, слабость жевательных мышц, пониженная секреция слюнных желез и снижение чувствительности вкусовых рецепторов приводит к тому, что в желудок поступает недостаточно подготовленная пища.

Атеросклероз – заболевание, которому подвержено большая часть пожилого населения. Поражение сосудов склеротическими бляшками препятствует поступлению необходимого объема крови к органам пищеварения. В результате этого у пожилых людей часто развивается хроническая ишемическая болезнь органов пищеварения, ишемический колит и дивертикулярная болезнь кишечника.

Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь часто встречается у пожилых людей. Причины могут быть, как физиологическими, так и функциональными.

- укорочение пищевода,
- снижение перистальтики пищевода,
- замедление опорожнения желудка,

- снижение секреции слюны,
- прием препаратов калия, железа, нестероидных противовоспалительных препаратов, кортикостероидов и т.д,
- постоянное нахождение тела пожилого человека в горизонтальном положении и т.д.

Характерно, что у людей преклонного возраста помимо типичных симптомов, таких как изжога, боль, горечь во рту, часто встречаются рвота, потеря веса, снижение аппетита, анемия, желудочные кровотечения. Бывают случаи, когда болезнь протекает бессимптомно.

Язвенная болезнь желудка часто встречающееся заболевание в пожилом возрасте. Оно возникает по многим причинам:

- снижение защитных свойств слизистой оболочки гастродуоденальной зоны,
- прием нестероидных противовоспалительных препаратов,
- *Helicobacter pylori*,
- атеросклеротические изменения сосудов желудка,
- на фоне некоторых заболеваний, таких как: гипертония, ишемическая болезнь сердца, атеросклероз сосудов нижних конечностей, сахарный диабет и т.д.

Несмотря на то, что симптомы язвенной болезни у пожилых людей проявляются слабее, протекает она сложнее. Это связано с тем, что у пациентов преклонного возраста наблюдаются большие поражения. Язва долго заживает, а частые кровотечения провоцируют анемию.

Кишечник отвечает за несколько процессов пищеварения. Этот орган ЖКТ принимает активное участие в формировании и развитии иммунитета, а также вырабатывает некоторые гормоны. Сбои в работе кишечника в пожилом возрасте могут произойти по разным причинам:

- атеросклероз сосудов кишечника,
- снижение перистальтики,
- плохое переваривание пищи желудком,
- неправильное питание,
- прием антибиотиков.

Все это приводит к хроническому воспалительному процессу, интоксикации, нарушению всасывания полезных веществ и дисбалансу.

Симптомы диагностика и лечение заболеваний ЖКТ у пожилых

Пожилые люди часто испытывают:

- вздутие,
- тяжесть,
- тошноту,
- спазмы в животе,
- диарею,
- запоры,
- ректальные кровотечения.

Эти симптомы могут быть следствием различных заболеваний, начиная от незначительной диспепсии заканчивая онкологическими новообразованиями в кишечнике. В последние годы врачи всего мира обеспокоены статистикой колоректального рака. В последние 10 лет, это заболевание значительно помолодело. Поэтому при любых проявлениях проблем ЖКТ очень важно вовремя провести обследование. Для своевременного выявления онкологических заболеваний, при появлении тревожных симптомов пациенту необходимо обратиться к врачу-онкологу. В отличие от других заболеваний ЖКТ. Колоректальный рак очень часто передается по наследству, поэтому людям, чьи родственники сталкивались с этим заболеванием, необходимо быть более онконастороженными.

Пожилым людям необходимо внимательно относиться к состоянию кишечника и ЖКТ в целом. Следите за тем, чтобы стул был ежедневно и оформленным. При возникновении запоров необходимо скорректировать диету, добавив в рацион больше пищевых волокон, если это не поможет, то обратитесь за помощью к гастроэнтерологу.

Основные правила профилактики заболеваний ЖКТ:

- здоровое питание,
- соблюдение питьевого режима,
- отказ от вредных привычек,
- контролируемый прием лекарственных препаратов,

- ежедневная физическая активность.

Внимательное отношение к своему здоровью на протяжении всей жизни, своевременная диагностика заболеваний и выполнение всех рекомендаций и предписаний врача являются основой здорового образа жизни в преклонном возрасте.