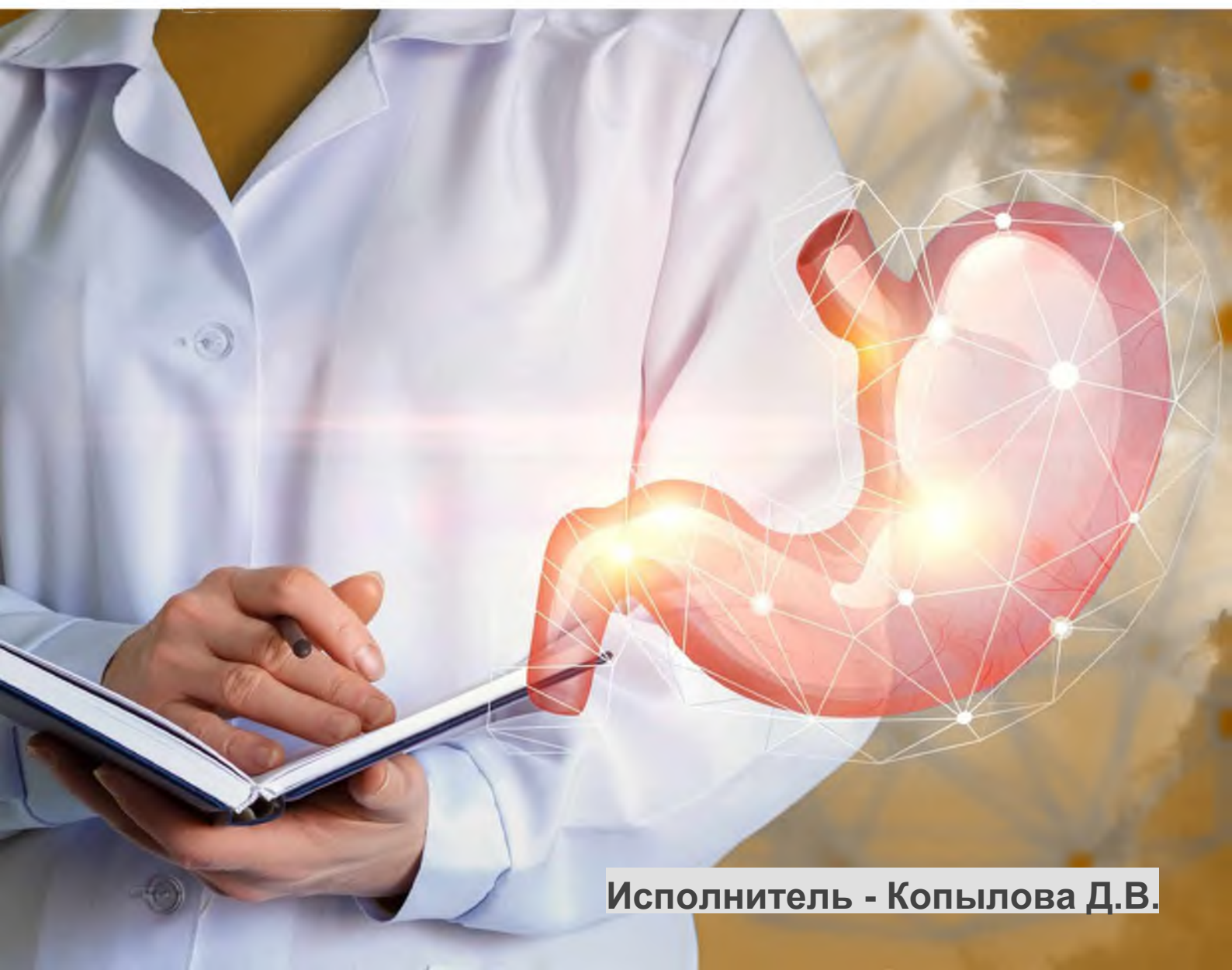


Методичка

7 ГЛАВНЫХ

Исследований ЖКТ



Исполнитель - Копылова Д.В.

ВВЕДЕНИЕ








Забота о желудочно-кишечном тракте (ЖКТ) играет ключевую роль в общем здоровье организма. Эта система отвечает за расщепление и усвоение питательных веществ, обеспечивая весь организм необходимыми элементами.

Правильное функционирование ЖКТ влияет **на все системы органов**, поддерживая их целостную работу.

Поэтому, если вы заботитесь о своем здоровье, важно уделять особое внимание поддержанию работы ЖКТ. Для этого необходимо проводить его диагностику и знать о самых актуальных и достоверных анализах ЖКТ.

Регулярное проведение анализов и обследований помогает **поддерживать здоровье ЖКТ**, вовремя предотвращать заболевания и поддерживать общее состояние организма.

7 ГЛАВНЫХ АНАЛИЗОВ ЖКТ:

-  1. Гастропанель
-  2. Анализ на хеликобактер
-  3. Копрограмма
-  4. Колоноскопия
-  5. ФГДС (фиброгастродуоденоскопия)
-  6. Прайм-тест на переносимость продуктов — антитела класса IgG к панели пищевых аллергенов
-  7. Рентгендиагностика желудка с введением бария

1. ГАСТРОПАНЕЛЬ

Суть анализа

Гастропанель — это комплексный анализ, который включает в себя несколько тестов для комплексной оценки работы желудочно-кишечного тракта и обнаружения возможных патологий.

Когда показан

Гастропанель обычно рекомендуется **при наличии** следующих жалоб:

- изжога, тошнота, рвота, боли в животе;
- изменения в работе ЖКТ или при подозрении на хронические заболевания;
- подозрение на наличие гастрита предраковых изменений желудка (атрофии, кишечной метаплазии);
- оценка степени риска развития рака желудка;
- железодефицитная анемия и пернициозная анемия;
- контроль терапии ингибиторами протонной помпы (ИПП).

Этот анализ рекомендован пациентам **от 40 до 65 лет** при аутоиммунных заболеваниях — аутоиммунный тиреоидит и сахарный диабет 1 типа **вне зависимости от возраста**; родственникам пациентов с раком желудка или хроническим атрофическим гастритом.

Что показывает

Результаты гастропанели могут указать на **наличие или отсутствие** воспалительных процессов, нарушений в работе желудка, патологий пищеварительной системы.

Результаты основаны на оценке **четырёх ключевых биомаркеров**, регулирующих нормальную физиологию желудка:

- пепсиноген I;
- пепсиноген II;
- гастрин-17;
- антитела IgG к *Helicobacter pylori*.

Как подготовиться

- Сдавать кровь необходимо **строго натощак**, после ночного периода голодания **от 4 до 10 часов** (воду пить можно).
- В большинстве случаев можно продолжать прием стандартных препаратов, однако **требуется исключить** лекарства, влияющие на интенсивность секреции желудочного сока (например, антациды, ингибиторы протонной помпы, адсорбенты и другие).
- **Уточните у своего лечащего врача** допустимость прерывания приема тех или иных препаратов.

Анализ «гастропанель» может быть со стимуляцией и без. Гастроэнтерологи рекомендуют сдавать анализ «гастропанель» именно со стимуляцией, так как он более информативен и может более точно указать на причину и локализацию воспалительного процесса в желудке.

- **При гастропанели со стимуляцией кровь берется дважды:** пациент сначала сдает первый анализ натощак, а затем употребляет специальный протеиновый (белковый) напиток. Спустя 20 минут повторно берется кровь для анализа на стимулированный гастрин-17.
- **Гастропанель без стимуляции** показана тем, у кого в анамнезе есть аллергические реакции на сою, молочные продукты, яйца, шоколад. Это связано с тем, что частицы данных веществ могут входить в состав белкового напитка, принимаемого во время исследования.

Достоверность

При правильной подготовке и проведении анализа результаты гастропанели **являются достоверными** и могут быть использованы для установления диагноза и назначения лечения.



Этот анализ можно сделать по ОМС, он называется «анализ крови на гастрин».

2. АНАЛИЗ НА ХЕЛИКОБАКТЕР

Суть анализа

Анализ на хеликобактер — это исследование, направленное на выявление наличия бактерии *Helicobacter pylori* в желудке. Самым достоверным считается уреазный дыхательный тест, он рекомендован к использованию в качестве теста первой линии в диагностике хеликобактерной инфекции, а также для подтверждения эрадикации *Helicobacter pylori*.

Когда показан

Анализ на хеликобактер рекомендуется при подозрении на:

- язвенную болезнь желудка или двенадцатиперстной кишки;
- гастрит;
- диспепсию и другие желудочно-кишечные расстройства.

! Пациентам, перенесшим **резекцию желудка, целесообразно применять другие методы исследования на хеликобактер.**

Что показывает

Результаты анализа помогают определить **наличие или отсутствие** инфекции *Helicobacter pylori*.

Как подготовиться

- Дыхательный тест необходимо проводить **утром натощак (не более 14 часов)** или не ранее чем через 6 часов после легкого приема пищи; воду в небольшом количестве пить можно. Накануне избегать пищевых перегрузок.
- **За один час до** исследования исключить курение.
- **Исключить** физические и эмоциональные перегрузки в течение 24 часов.

Достоверность

Высокая диагностическая точность и достоверность.



Дыхательный тест на хеликобактер можно сделать в рамках ОМС.

АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ МЕТОДЫ

Альтернативными методами диагностики **Helicobacter pylori** являются:

1. **анализ кала** на определение антигена *Helicobacter pylori*;
2. **анализ крови** на определение антител классов IgG, IgM, IgA к *Helicobacter pylori*;
3. также для определения *Helicobacter pylori* применяется **гастроскопия/ФГДС** — самый информативный метод, так как мы можем определить истинное состояние слизистой, взять биопсию и провести анализ.

3. КОПРОГРАММА

Суть анализа

Копрограмма — это комплексное исследование физических, химических и микроскопических свойств фекалий.

Когда показан

Копрограмма **может быть назначена** для оценки работы желудочно-кишечного тракта, выявления патологий пищеварения, инфекций и других заболеваний.

Исследование кала позволяет определить нарушение кислотности и ферментативной функции желудка:

- нарушение ферментативной функции поджелудочной железы;
- нарушение функций печени;
- наличие ускоренной эвакуации из желудка и кишечника;
- нарушение всасывания в двенадцатиперстной и тонкой кишке;
- воспалительный процесс в желудочно-кишечном тракте;
- дисбактериоз;
- язвенный, аллергический, спастический колиты.

Что показывает

Результаты анализа **позволяют определить наличие** в крови непереваренных пищевых остатков, волокон, жира, присутствие воспалительных процессов, паразитов и других аномалий в кале.

Как подготовиться

- **За 2 дня нельзя** принимать лекарственные препараты:
 - слабительные;
 - активированный уголь;
 - препараты железа, меди, висмута;
 - использовать ректальные свечи на жировой основе;
 - бактериальные препараты: лактобактерии, кишечные палочки, пробиотики, метабиотики, лакто/бифидобактерии и т.д.
- **Нельзя проводить исследование кала раньше чем через 2 дня** после клизмы, рентгенологического исследования желудка и кишечника, колоноскопии.

Особенности питания **за 2 дня до сдачи анализа**

Исключаем:

- продукты, которые вызывают брожение в кишечнике: молочнокислые продукты, хлеб и хлебобулочные изделия, сахар;
- все, что красит: томаты, свекла, большое количество зелени;
- алкоголь;
- фастфуд и полуфабрикаты.

Как нужно питаться **за 2 дня до сдачи анализа**

Питайтесь как обычно, **максимально разнообразно по переносимости**. Чтобы мы могли посмотреть как усваиваются все группы пищевых веществ.

В рационе должны быть жиры, белки и углеводы, растительная клетчатка — крупы, овощи, мясо, птица, рыба, правильные жиры, яйца.

Что улучшает стул

- овес;
- цельнозерновой хлеб или хлопья;
- волокнистые овощи и фрукты;
- рис и бобы.

Если проблемы с запором:

- Вводим в рацион больше тушеных и сырых овощей по переносимости.
- Пить больше жидкости — можно ввести добавки цитрата магния 400 мг перед сном или прием минеральной воды: «Ессентуки 17»/«Донат магниевая» по 1/2 ст. без газа за 40 мин до еды.
- Ходьба, плавание, массаж живота, диафрагмальное дыхание.
- Ввод продуктов: инжир, чернослив, отруби.
- Добавки псиллиум, мукофальк, зостерина ультра — может улучшить отхождение стула.
- Прием 1 ст. ложки растительного масла (оливковое за час до сна) — если нет проблем с желчным пузырем.

Как сдавать биоматериал

1. Купить в аптеке специальную емкость для анализа.
2. Не допускать попадания в образец мочи или воды.
3. Не проводить исследование во время менструации.

Собирать необходимо утренний кал.

Достоверность

Высокая. Зависит от качества пробы и правильности ее сбора.



Этот анализ можно сдать по ОМС.

4. КОЛОНОСКОПИЯ

Суть исследования

Колоноскопия — это эндоскопическое исследование толстого кишечника и прямой кишки с использованием специального инструмента — колоноскопа. В ходе процедуры при помощи эндоскопа можно удалить небольшое новообразование (полип), извлечь инородное тело, остановить кровотечение из сосудов кишечника.

Во время колоноскопии **может быть выполнена биопсия** с последующим гистологическим анализом участка патологической ткани для определения ее природы.

Это анализ может быть проведен с седацией, такой вариант является более комфортным и безболезненным.

Седация — не наркоз. Это медикаментозный сон, в который вы погружаетесь на время исследования.

- Врач спокойно может провести все необходимые манипуляции, не причиняя вам дискомфорта. Вы спите — доктор работает.
- В это время за вашим состоянием следит сестра и анестезиолог контролирует ваш пульс и дыхание.

Для чего проводится

Колоноскопия позволяет **визуально осмотреть внутренние структуры** толстого кишечника, включая обнаружение опухолей, язв, воспалительных изменений, и взять биопсийные образцы для дальнейшего анализа.

Когда показана

Сделать колоноскопию рекомендуется **при следующих симптомах:**

- вздутие живота и боли, особенно в сочетании с диареей или запорами;
- полипы, обнаруженные при обследовании прямой кишки;
- анемия неясного происхождения при постоянной диарее;
- подозрение на злокачественные опухоли, в том числе повышение уровня специфичных онкомаркеров в анализах крови;
- присутствие слизи или крови в стуле, внутренний геморрой и свищи прямой кишки;
- необходимость контроля за ходом лечения и биопсии для исследования тканей;
- выявление в толстой кишке опухолей, полипов и иных новообразований у кровных родственников;
- возраст старше 45 лет (в целях профилактики рака кишечника).

Как подготовиться

Если процедура будет **проводиться с седацией:**

- 1. За день** до процедуры вы можете вести обычный для вас образ жизни, но воздержитесь от употребления алкоголя.

2. В день процедуры:

- Как минимум **за 8 часов до седации нельзя есть!**
- **За 4 часа** до седации вы можете выпить воду, слабый чай, сок без мякоти.
- **За 3 часа** до седации нельзя курить.
- Воздержитесь от употребления алкоголя минимум **за 24 часа** до начала процедуры.
- Не надевайте украшения (цепочки, крестики, браслеты и т.д.).
- Не надевайте контактные линзы.
- Съёмные зубные протезы снимите непосредственно перед процедурой или заранее подготовьте для них упаковку.
- За день до процедуры вы можете вести обычный для вас образ жизни, но воздержитесь от употребления алкоголя.

Если процедура **без седации**

1. **За три дня** до исследования — бесшлаковая диета.

- **Нельзя принимать пищу**, богатую клетчаткой, и плохо перевариваемые продукты: зерносодержащие продукты, овощи, ягоды, зелень, бобовые, грибы, орехи, жирные сорта мяса, рыбы и птицы, копчености, консервы, колбасы, жирные молочные продукты, хлеб, сладости, алкоголь, газированные напитки.

- **Можно принимать** рафинированную пищу и легко перевариваемые продукты: отварное мясо (нежирные сорта), рыба, курица, бульон, обезжиренные кисломолочные продукты без фруктовых добавок, вареные яйца, омлет, мед, желе, некрепкий чай и кофе, прозрачные соки без мякоти, негазированную воду.

Эту диету поддерживать 3 дня.

2. За день до исследования нельзя принимать твердую пищу, **можно принимать** только прозрачные жидкости в неограниченном количестве: прозрачный бульон, некрепкий чай и кофе, прозрачные соки без мякоти, негазированная вода, березовый сок.

Прием препаратов

Одноэтапная схема подготовки препаратом «Фортранс».

- Принять 4 литра «Фортранса» с 18:00 до 22:00 (по стакану каждые 15 минут) накануне исследования, т.е. по 1 л в час.
- Не обязательно, но рекомендовано в 19:00 выпить «Эспумизан» 30 мл.

Одноэтапная схема подготовки препаратом «Мовипрет»

- Принять 2 литра раствора «Мовипрет» (саше (пакетик) А и Б на один литр) с 18:00 до 20:00 (по стакану каждые 15 минут) накануне исследования.
- Не обязательно, но мы рекомендуем в 19:00 выпить «Эспумизан» 30 мл.

Достоверность

Высокая. Колоноскопия является одним из наиболее надежных методов для визуальной оценки состояния толстого кишечника. **Однако достоверность результатов также зависит** от квалификации врача-эндоскописта и качества проведения процедуры



Колоноскопию можно получить в рамках ОМС.

5. ФГДС (ФИБРОГАСТРОДУОДЕНОСКОПИЯ)

Суть исследования

ФГДС — это эндоскопическое исследование верхних отделов пищеварительного тракта, включая пищевод, желудок и двенадцатиперстную кишку.

ФГДС — самый информативный метод, так как мы можем определить истинное состояние слизистой: осмотреть слизистую желудка, оценить степень воспаления, качество слизистой, взять биопсию.

Современные гастроскопы обладают **потрясающими возможностями**: имеют высокое разрешение и качество картинки, увеличение изображения, осмотр в полной темноте.

Все это позволяет определить **мельчайшие нарушения и изменения в органах**.

Это исследование можно провести под седацией и без.

- Проведение **под седацией показано** при повышенном рвотном рефлексе, гиперчувствительности гортани, низком болевом пороге, страхе перед проведением процедуры.

Современная эндоскопия безопасна.

- Если у вас есть **вопросы** — задайте их врачу перед исследованием.
- Если вы очень **боитесь и не хотите дискомфорта** — проведите гастроскопию под седацией.

- Возьмите с собой **выписки и результаты** прошлых обследований. Чем больше данных будет у врача-эндоскописта, тем полнее будет результат исследования.

Для чего проводится

Исследование **позволяет визуально оценить** слизистую оболочку пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки, выявить патологические изменения, **взять биопсию** для дальнейшего анализа и **провести лечебные манипуляции** (например, удаление полипов, остановку кровотечений).

Когда показано

- Возраст после 30 лет.
- Хронические заболевания: гастрит, дуоденит, язва — для контроля состояния.
- Подозрения на онкологические процессы.
- Направление вашего лечащего врача.
- Боли в эпигастральной области.
- Неприятные ощущения после приема пищи: тяжесть, спазмы и др.
- Метеоризм.
- Тошнота или рвота.
- Отрыжка, регулярно появляющаяся после приема пищи.
- Постоянное чувство изжоги.
- Неприятные вкусовые ощущения: горечь, кислота во рту.
- Отсутствие аппетита.
- Резкое снижение веса.

Как подготовиться

Если процедура будет проводиться под седацией:

- **За 1–2 дня** до исследования необходимо отказаться от жирной и тяжелой пищи. Накануне процедуры рекомендуется отказаться от ужина или сделать его максимально легким. **Процедура проводится строго натощак, желудок должен быть пустым.** В период за 8 часов до проведения ФГДС нельзя пить воду и курить.
- **Накануне исследования до 19:00** допустим легкий ужин: рис/ гречка + индейка/ курица/ белая рыба на пару + порция тушеных овощей/ творог 5%/ зеленый салат/ напитки без газа.
- **Утром в день исследования** не завтракать и не пить жидкость.

Через 30 мин после исследования разрешен легкий прием пищи. **Например:** овощной суп/ отварная птица или рыба/ гречка/ рис/ тушеные овощи.

Если вы не получили иных рекомендаций от вашего врача или эндоскописта.

Если процедура будет проводиться без седации:

- **Подготовительный этап** заключается в отказе от пищи в течение 8–12 часов. **За несколько дней** до начала процесса необходимо отказаться от консервированной, острой, соленой, копченой, вызывающей вздутие кишечника пищи и алкоголя. **Важно исключить** табакокурение, так как оно может усилить рвотный рефлекс.

Достоверность

Высокая. ФГДС — это самый полный метод исследования слизистой оболочки от пищевода до 12-перстной кишки. Благодаря исследованию врач может оценить состояние слизистой не только визуально, но и взять биопсию, поставить более точный диагноз.



Это исследование **можно провести**
в рамках полиса ОМС.

6. ПРАЙМ-ТЕСТ НА ПЕРЕНОСИМОСТЬ ПРОДУКТОВ — АНТИТЕЛА КЛАССА IGG К ПАНЕЛИ ПИЩЕВЫХ АЛЛЕРГЕНОВ

Суть анализа

Тест на переносимость продуктов — используется для определения индивидуальной непереносимости определенных продуктов путем измерения уровня иммуноглобулина G (IgG) к ним.

Когда показан

Тест может быть назначен **при подозрении на пищевую непереносимость** и сопутствующих симптомах, таких как вздутие, диарея, высыпания на коже.

Что показывает

Результаты теста могут указать на возможные продукты, вызывающие непереносимость и требующие исключения из рациона.

Список аллергенов:

авокадо, коровье молоко, ананас, морковь, апельсин, дыня канталупа, арахис, мягкий сыр, баклажан, овес, банан, огурец, баранина, оливки, бета-лактоглобулин, орех колы, виноград, палтус, глютен, черный перец, говядина, перец чили, голубика, персик, грейпфрут, петрушка, грецкий орех, пшеница, гречневая крупа, пшено, грибы шампиньоны, пятнистая фасоль, груша, дрожжи пекарские, рожь, дрожжи пивные, сардины, зеленый горошек, свекла...

... зеленый сладкий перец (род *Capsicum*), свинина, земляника, сельдерей, индейка, семя подсолнуха, йогурт, слива, казеин, соевые бобы, кальмар, стручковая фасоль, камбала, рис, сыр брынза, капуста брокколи, сыр чеддер, капуста кочанная, томаты, картофель, треска, кофе, тростниковый сахар, краб, тунец, креветки, кабачок, кролик, устрицы, кукуруза, форель, кунжут, хек, табак, цветная капуста, курица, цельное зерно ячменя, лимон, черный чай, лосось, чеснок, лук, швейцарский сыр, масло сливочное, шоколад, мед, яблоко, миндаль, яичный белок, молоко козье, яичный желток.

Как подготовиться

- Предпочтительно **выдержать 4 часа** после последнего приема пищи, обязательных требований нет.

Достоверность

Средняя. Существуют дебаты относительно достоверности и пользы прайм-тестов на переносимость продуктов. Некоторые исследования не подтвердили их эффективность, поэтому оценка их достоверности требует дальнейших исследований и обсуждений с врачом.



Этот анализ не предусмотрен по ОМС.

7. РЕНТГЕНДИАГНОСТИКА ЖЕЛУДКА С ВВЕДЕНИЕМ БАРИЯ

Суть исследования

Это рентгенологическое исследование, проводимое с использованием контрастного вещества — бария, для визуализации структур пищеварительной системы.

Для чего проводится

Исследование **позволяет оценить** структуру и функцию пищеварительного тракта, **выявить** патологические изменения и **обнаружить** аномалии.

Когда показана

- Для выявления язвенного процесса, обнаружения новообразований.
- При постоянных болях в желудке, сильной постоянной изжоге.
- При появлении алой крови в кале.
- При снижении эритроцитов в крови.
- При резкой потере веса без объективных причин.
- При боли в подложечковой области.
- При обнаружении в испражнениях слизистых и гнойных выделений, а также примесей крови.
- При хроническом запоре.
- При частых диареях с изменением цвета стула (черный, напоминающий деготь).
- При стремительной потере веса не на фоне диет.

Для проведения рентгеновского обследования кишки имеются такие **противопоказания:**

- прободение кишечника;
- бессознательное состояние пациента;
- общее тяжелое состояние больного;
- неспецифический язвенный колит;
- сочетание сегментарной или тотальной дилатации толстой кишки на фоне признаков системной токсичности;
- тяжелые заболевания сердечно-сосудистой системы;
- полное нарушение пассажа содержимого по кишечнику;
- внутреннее кровотечение;
- выраженный болевой синдром в эпигастральной области;
- беременность.

Как подготовиться

- **За сутки до** исследования следует отказаться от алкоголя и курения, не использовать жевательную резинку. **Вечером накануне** следует сделать очистительную клизму. **За 12 часов** до процедуры необходимо прекратить прием пищи, чтобы полностью освободить желудок

Достоверность

Высокая. Достоверность результатов **зависит от** качества проведения и интерпретации исследования, а также от соблюдения всех рекомендаций во время процедуры.



Это исследование можно провести по полису ОМС.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Забота о своем здоровье — это одно из **самых важных вложений, которые мы можем сделать для себя.**

Важно не только следить за своим образом жизни, но и внимательно воспринимать все сигналы, которые посылает наш организм.

Своевременное обращение к врачу, регулярное прохождение осмотров и сдача анализов — это не просто рутина, **это забота о своем будущем**. Ведь часто раннее обнаружение проблемы позволяет успешно справиться с ней, прежде чем она станет серьезной.

Не забывайте о том, что каждый симптом, даже самый незначительный, может быть ключом к решению большой проблемы. Поэтому даже если кажется, что все в порядке, стоит всегда оставаться внимательным к своему организму и регулярно проверять его состояние.

Забота начинается с малого, и это то, что дает нам уверенность в своем состоянии здоровья.

Информацию о доступных анализах и исследованиях, которые можно провести в рамках ОМС, вы можете получить в своей поликлинике, а также можно посмотреть

Исполнитель - Копылова Д.В.