

ПРЕПАРАТЫ ПОВЫШЕННОГО РИСКА

Прием нестероидных противовоспалительных препаратов нередко вызывает осложнения со стороны желудочно-кишечного тракта. О том, как снизить эти риски, рассказывает заведующая организационно-методическим отделом по гастроэнтерологии НИИ организации здравоохранения и медицинского менеджмента, кандидат медицинских наук Карине Никольская.

Фото: Людмила Заботина/НИИОЗММ



▲ Карине Никольская

Одно лечим, другое не калечим!

Спектр применения нестероидных противовоспалительных препаратов очень широк. Применяются нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП) в ревматологии (ревматоидный артрит, анкилозирующий спондилит, подагра и др.), при купировании боли различного генеза (невралгии, миалгии, головная и зубная боль, боль при первичной дисменорее, почечная и желчная колика, травмы, в анестезиологии и др.), при профилактике тромбозов, при сердечно-сосудистых и цереброваскулярных заболеваниях (препараты ацетилсалициловой кислоты).

Существует мнение, что внутривенное или внутримышечное введение лекарственного препарата обеспечивает более

быстрый и выраженный терапевтический эффект, чем прием препарата внутрь. Однако это положение не подтверждается данными клинических исследований. Существенных различий в анальгетическом действии различных лекарственных форм НПВП не отмечено, за исключением почечной колики, при которой было показано достоверное преимущество внутривенного введения НПВП по сравнению с приемом внутрь.

Кроме того, независимо от способа введения повреждающее действие на слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта одинаково.

Применять НПВП надо под наблюдением врача.

К сожалению, НПВП относятся к препаратам безрецептурного отпуска, а значит, каждый из нас при возникновении боли или воспалительной реакции может прийти в аптеку и купить любой из препаратов этой группы. При этом доза при самолечении подчас в несколько раз превышает необходимую. Также

пациенты самостоятельно решают вопрос о кратности приема и определяют длительность курса терапии.

Люди не учитывают, что НПВП могут вызывать поражение ЖКТ на всем его протяжении от пищевода до прямой кишки, однако поражение верхних отделов ЖКТ развивается в 6 раз чаще. Врачам приходится достаточно часто сталкиваться с НПВП-гастропатиями – эрозиями, язвами, которые зачастую протекают бессимптомно и могут приводить к таким грозным осложнениям, как желудочно-кишечное кровотечение. В то же время в некоторых случаях, например, при лечении

ревматологических заболеваний, профилактики и лечении сердечно-сосудистых заболеваний НПВП применяются длительно, зачастую и пожизненно. Один из первых препаратов этой группы – ацетилсалициловая кислота. Как в таком случае предотвратить осложнения, которые могут вызывать эти препараты?

Только по назначению врача

Предотвратить осложнения, связанные с приемом НПВП, можно только применяя их под наблюдением врача, по его рекомендации и строго в прописанной им дозировке, которую врач подбирает с учетом баланса между пользой и рисками. В группу нестероидных противовоспалительных входят селективные и неселективные препараты, представители старого и нового поколения.

И именно доктор может выбрать более современный препарат, который даст меньше осложнений, о наличии которых пациент подчас даже не подозревает. Кроме того, в дополнение к курсу НПВП врач, как правило, назначает препараты, которые смогут защитить слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта, такие как ингибиторы протонной помпы или цитопротекторы.



Памятка

КАК СОХРАНИТЬ ПОЛЬЗУ ОВОЩЕЙ

НИИ
ОРГАНИЗАЦИИ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
И МЕДИЦИНСКОГО
МЕНЕДЖМЕНТА

Другие
памятки
смотрите
по QR-коду



ЕЖЕДНЕВНО ДИЕТОЛОГИ РЕКОМЕНДУЮТ



не менее 400 г
различных овощей и фруктов
(не включая картофель)

КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ

В чем ценность?

- Малокалорийна, так как содержит всего 4–5 % углеводов
- Большое количество пищевых волокон
- Источник витамина С

Как лучше употреблять?

В свежем виде, после недолгой тепловой обработки или квашения — таким образом сохраняется максимальное количество полезных веществ

- ! **Внимание!** В квашеной капусте сохраняется значительное количество витамина С, необходимого для крепкого иммунитета

ОГУРЦЫ

В чем ценность?

- На 97 % состоят из воды, имеют низкую калорийность
- Небольшое количество витаминов А, С, группы В и минеральных веществ, преимущественно калия, благотворно влияет на здоровье сердца и сосудов

Как лучше употреблять?

Предпочтительнее в свежем виде. В маринованных и соленых огурцах слишком много соли, употребление которой следует ограничить



ПОМИДОРЫ

В чем ценность?

- Много витаминов А, С и ликопина. Эти вещества обладают мощной антиоксидантной активностью и защищают клетки нашего организма
- Один помидор обеспечивает около 40 % суточной потребности в витамине С

Как лучше употреблять?

В свежем виде, в вяленом, запеченном, в виде сока или томатной пасты



КАРТОФЕЛЬ

В чем ценность?

- Содержит растительный белок, калий, витамин С

Как лучше употреблять?

Больше всего полезных веществ содержится в кожуре, поэтому ранний картофель лучше отваривать или запекать «в мундире»

- ! **Будьте осторожны!** Диетологи рекомендуют все способы обработки пищи, кроме жарения. Употребление жареного картофеля следует максимально ограничить



МОРКОВЬ

В чем ценность?

- Источник витамина А, необходимого для здоровья глаз, волос и кожи

Как лучше употреблять?

Полезна как в сыром виде, так и после тушения или варки. Для лучшего усвоения витамина А нужны жиры, поэтому заправлять салат лучше растительным маслом или сметаной

