

как избавиться от гастрита

июнь-июль
2017

**АПТЕКА
здоровья**

*Без дорогих
лекарств*



- ✿ Кому грозит гастрит
- ✿ Травы, которые вылечат
- ✿ Лекарства, опасные для желудка



как избавиться от гастрита

**АПТЕКА
здоровья**

«АПТЕКА ЗДОРОВЬЯ»
№ 10(39), 2017

Главный редактор Ольга Евгеньевна Молдавская
Арт-директор Илона Большагина
Фоторедактор Ирина Белоусова
Издательский директор Мария Колоколкина
Финансовый директор Наталья Старкова
Директор по распространению Кирилл Егоренко
Начальник производственного отдела Светлана Пехтерева
Размещение рекламы АО «КОНЛИГА МЕДИА»
Телефон/факс (495) 775 1435
Коммерческий директор Светлана ХАРЧЕНКО
Отдел рекламы Гульнара ХАЙРУЛИНА, Наталья ПАВЛЮТКИНА,
Наталья МОЗГОВАЯ, Анна ЛУДАННАЯ
**Менеджер по контролю
за размещением рекламы** Татьяна Трафимова

**Учредитель и издатель
АО «КОНЛИГА МЕДИА»**

член Международной ассоциации периодической печати



Основатели компании Александр Владимирович КОЛОСОВ,
Раиса Яковлевна НЕЯГЛОВА-КОЛОСОВА
Генеральный директор Максим ЗИМИН
Адрес редакции (для писем) 105082, Москва, а/я № 5
Адрес редакции и издателя АО «КОНЛИГА МЕДИА» 107082,
Москва, ул. Бакунинская, 71, стр. 10 **Телефон** (495) 775 1435
Электронный адрес shagi@konliga.ru
Печать ОАО «КОСТРОМА», 156010, Кострома,
ул. Самоковская, 10 тел. +7 (4942) 49-15-11

Заказ № 41-07/26 Тираж 60 000 экз.
Цена свободная

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-65017 от 10 марта 2016 г.

Информационная продукция для детей старше 16 лет.

Все права на распространение в РФ и зарубежных странах
принадлежат АО «КОНЛИГА МЕДИА».

Время подписания в печать: 24.05.2017 в 15.00

Дата выхода в свет: 06.06.2017

Дата начала продаж: 13.06.2017

Составлено на основе писем, присланных в редакцию читателями журнала «Шаги к здоровью».

За содержание советов читателей и способы их использования редакция ответственности не не-

сет. Прежде чем воспользоваться тем или иным советом, посоветуйтесь с лечащим врачом.

Мнение редакции может не совпадать с мнением читателей. Любое использование материалов
возможно только с письменного разрешения редакции. Пересылая тексты, фотографии и иные
материалы, отправитель (автор) выражает тем самым согласие на публикацию данных материалов
и передает редакции все исключительные права на использование этих материалов в любой
форме и любым способом, в том числе право на публикацию в изданиях АО «КОНЛИГА МЕДИА».

© АО «КОНЛИГА МЕДИА»

Все права защищены

Обложка: Shutterstock

Фото в номере: Shutterstock, TS/Fotobank.ru

*Дорогие
читатели!*

Можно ли жить так, чтобы
ничего не болело? Мож-
но! И стоит к этому стремиться.
Что для этого нужно? Правиль-
ное питание, здоровый образ
жизни и физическая активность.
А если все-таки что-то болит? По-
пробуйте помочь своему орга-
низму справиться с болезнью са-
мостоятельно, без лекарств. Ис-
пользуйте проверенные време-
нем средства из арсенала народ-
ной медицины – не только рус-
ской, но и индийской, китайской
и японской. Вы можете испробо-
вать любое из них – конечно, с
осторожностью, ведь даже без-
обидный горчичник может на-
вредить, если забыть снять его
на ночь. Если вы никогда не ис-
пользовали это средство раньше
и не знаете, подойдет ли оно вам,
посоветуйтесь с врачом.
В данной серии «Аптека здоро-
вья» четыре выпуска: «Как пере-
жить климакс», «Как избавиться
от гастрита», «Как вылечить хо-
лецистит» и «Как выйти из де-
прессии». Мы надеемся, что они
будут полезны вам, дорогие чи-
татели! Будьте здоровы и бере-
гите себя!

*Редакция
«Аптеки здоровья»*



Какой у вас гастрит?

Гастрит – это одно из наиболее распространенных желудочно–кишечных заболеваний, поражающих слизистую оболочку желудка. В связи с множеством разновидностей этой болезни термин «гастрит» является собирательным и служит для обозначения различных по происхождению изменений в слизистой этого органа.

В зависимости от секреторной активности желудка выделяют гастриты:

- ❖ с повышенной или нормальной кислотностью;
- ❖ с пониженной или нулевой кислотностью.

Симптомы этих состояний различить вполне возможно, но окончательный диагноз ставят на основании анализа желудочного сока, взятого путем зондирования. В некоторых случаях pH желудочного сока определяют другими методами, например, с помощью исследований мочи.

Гастрит с повышенной кислотностью

Несколько раз отличаются проявления гастритов при повышенной и пониженной кислотностях. Так, например, помимо общих признаков при гастрите с повышенной кислотностью наблюдаются:

- ❖ боли в животе, исчезающие после еды;
- ❖ изжога после употребления кислой пищи;
- ❖ частая отрыжка;
- ❖ поносы.

Гастрит может возникнуть после больших доз лекарственных средств, к примеру, аспирина.

Гастрит с пониженной кислотностью

При гастритах с пониженной или нулевой кислотностью больной чаще всего испытывает:

- ❖ чувство тяжести в желудке после еды;

- ❖ отрыжку тухлым содержимым;
- ❖ неприятный привкус во рту;
- ❖ неприятный запах изо рта;
- ❖ тошноту по утрам;
- ❖ нерегулярный стул.



Острый гастрит

**Выясните
точный
диагноз!**



Он возникает при отравлении кислотами либо щелочами, при приеме в больших дозах некоторых лекарственных средств, в особенности аспирина. После лечения такое заболевание может перейти в хронический гастрит, но чаще хроническая форма развивается как самостоятельная болезнь. Самыми характерными симптомами острого заболевания являются:

- ❖ боли в области желудка;
- ❖ изжога;
- ❖ тошнота;
- ❖ рвота;
- ❖ отрыжка;
- ❖ метеоризм.

Наиболее важный, указывающий на гастрит симптом – боли в области солнечного сплетения, которые усиливаются после приема определенных видов пищи или лекарств. Часто желудочные боли усиливаются в промежутках между едой.

Хронический гастрит

Эта форма заболевания может появиться в возрасте 20 лет и продолжаться до глубокой старости, проявляясь периодами затиханий и обострений.

Признаки хронической формы гастрита менее выразительные:

- ❖ нерегулярный стул;
- ❖ метеоризм;
- ❖ урчание в животе;
- ❖ налет на языке;
- ❖ чередование запоров и поносов.

Таковы признаки хронического заболевания вне обострения.

