



DOM ZDRAVLJA MOSTAR

Gastroenterologija

Ivana Zelenika,
mag.med.techn.

Što ćemo
obraditi?

- GASTROEZOFAGEALNA REFLUKSNA BOLEST – GERB
- BOLEST PEPTIČKOG ULKUSA
- HEPATITIS : A. B, C, D, E
- OPĆI PROBLEMI ELIMINACIJE FECESA
- ZDRAVSTVENA EDUKACIJA O ISHRANI
- UNIVERZALNE MJERE
PREDOSTROŽNOSTI:

GERB

Pojava kiselog
želučanog ili
alkalnog duodenalnog
sadržaja u jednjaku

Glavni simptom:
dispepsija –
žgaravica.

Spada među najčešće
bolesti jednjaka;
pojam je uveden
1930.

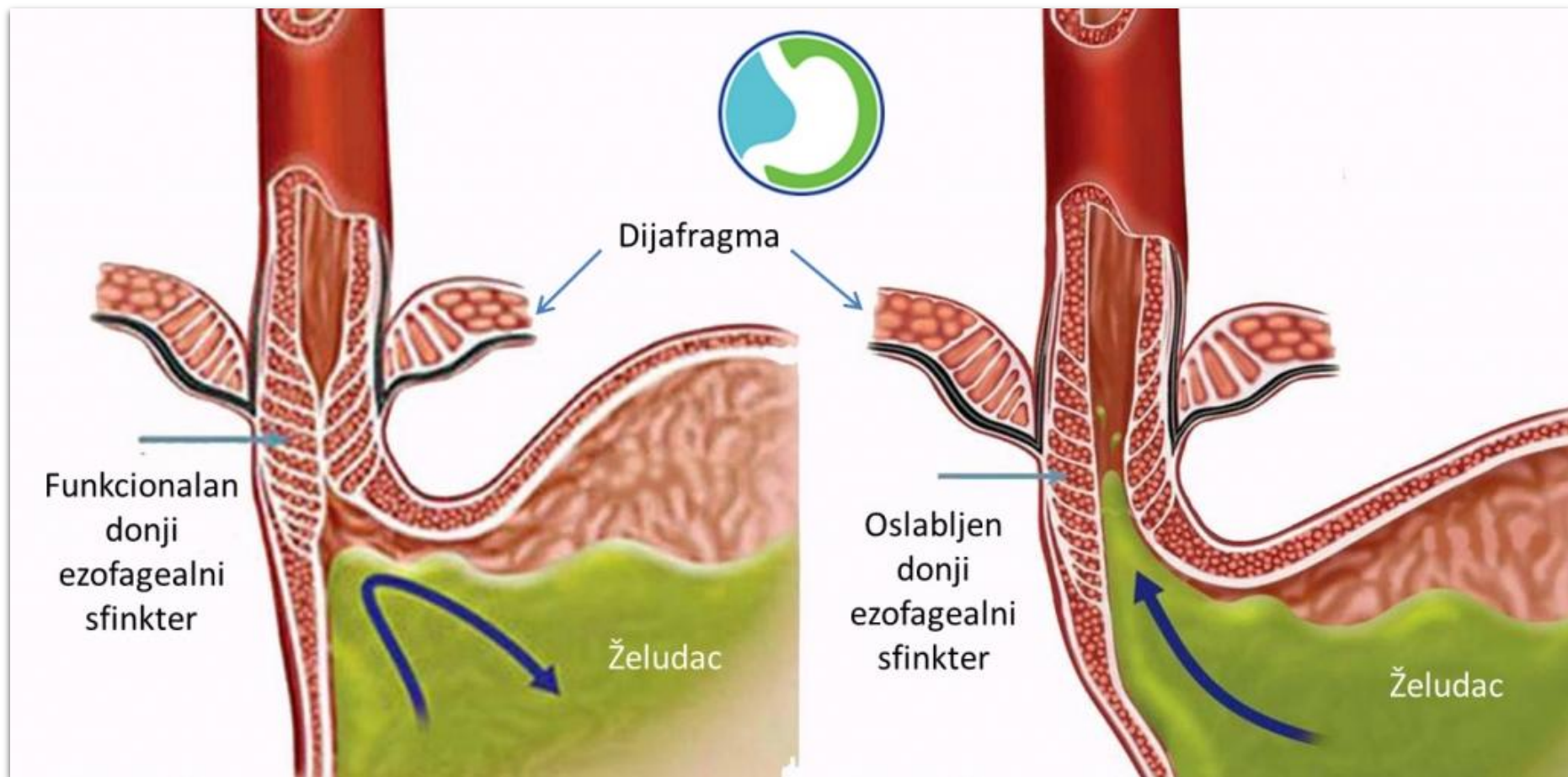
DISPEPSIJA

- Dispepsija označava osjećaj punoće, nelagode i bolnog pritiska u trbuhu nakon jela, često praćen mučninom, žgaravicom, nadutošću i podrigivanjem.

Najčešći simptom je žgaravica, koja često upućuje na GERB; uzroci su najčešće bolesti probavnih organa



Simptom je čest kod hijsatalne hernije (kila), čira na želucu i dvanaestopalačnom crijevu, bolestima gušterače, jetre, žučnog mjehura



Uzrok GERBA-a

- Slabost donjeg mišićnog sfinktera jednjaka

- Klizna hijatus hernija (kila) - dovodi do produženog kontakta sluznice sa kiselim želučanim

- Smanjena otpornost sluzi koja oblaže sluznicu jednjaka

- Usporeno pražnjenje želuca

- Oslabljeno pražnjenje jednjaka (oslabljena peristaltika jednjaka)

- Povećan refluksat (želučana kiselina, žučni sokovi, enzimi gušterače...)

- Povećan pritisak u trbuhu (gojaznost, trudnoća, obilan obrok...)

- Lijekovi koji djeluju na sluznicu želuca (nesteroidni anti-inflamatorni lijekovi, acetil-salicilna k.

- Hrana i navike (začini, masna hrana, pušenje, alkohol...)

- Stres

Nastanak GERB-a

U 2/3 bolesnika
refluks je
posljedica
prolazne
relaksacije donjeg
mišićnog sfinktera
jednjaka

Javlja se zbog
povećanog
intraabdominalnog
pritiska, npr. pri
napinjanju
trbušnih mišića.

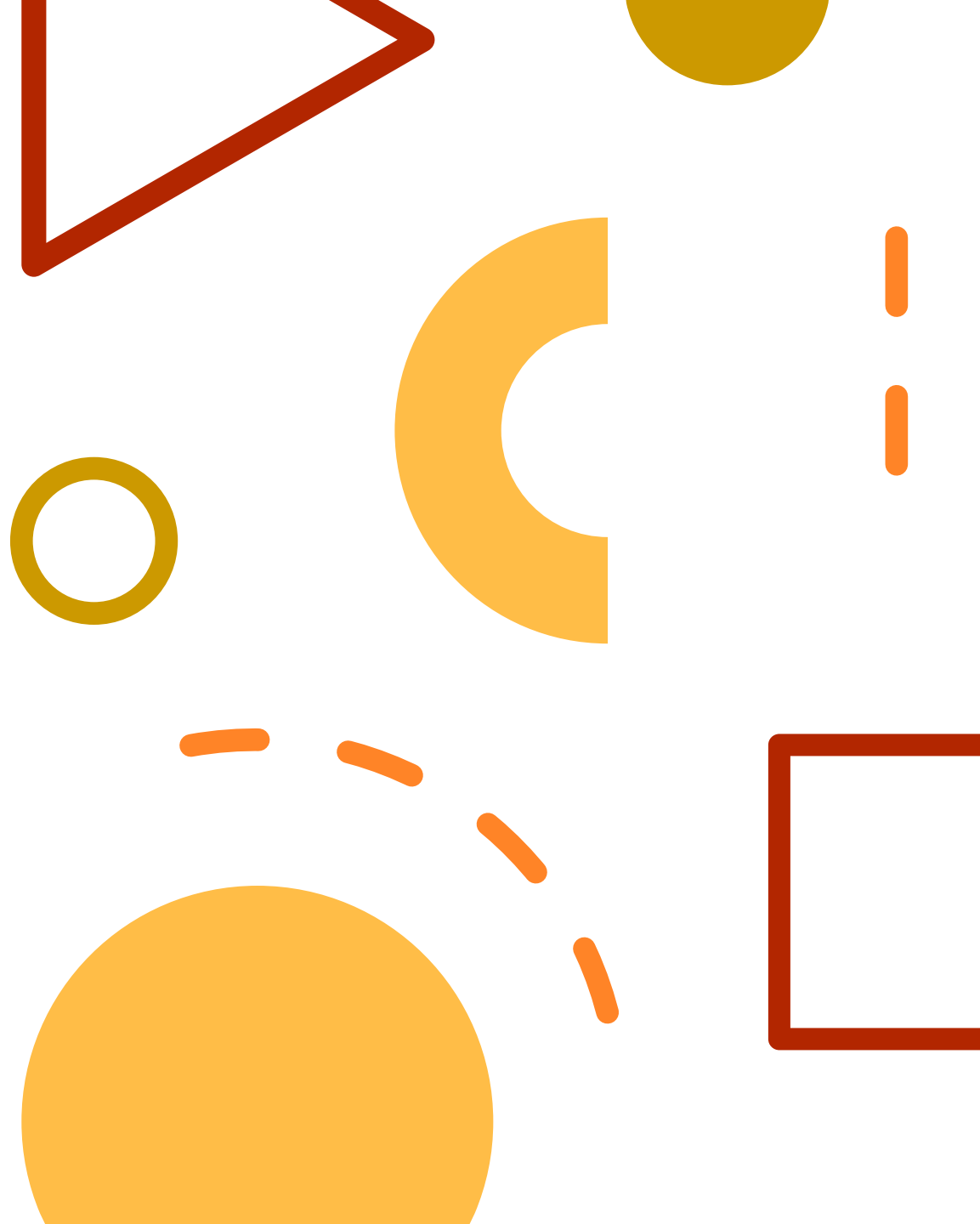
Dugotrajan kontakt
kiseline sa
sluznicom jednjaka
uzrokuje
simptomatski GERB.

Kliničke manifestacije

- Žgaravica
 - osjećaj pečenja iza grudne kosti ili u žličici, javlja se nakon obroka, pri saginjanju ili ležanju, a može biti prisutna i kod drugih bolesti probavnog sustava
- Regurgitacija kiseline (ulazak kiseline ili žučnih sokova u usta)
- Podrigivanje
- Bolno gutanje
- Netipični simptomi (bol u prsima, bol u žličici, smetnje disanja, kašalj, astma, disfagija)

KOMPLIKACIJE

- Ezofagitis: inflamacija ezofagusa
- Suženja jednjaka - posljedica teške agresivne upale jednjaka zbog kontinuirane izloženosti sluznice želučanoj kiselini.
- Krvarenje iz jednjaka - uzrokovano najčešće difuznom upalom jednjaka.
- Plućne komplikacije (upale pluća, prisutnost astme...)
- Karcinom ezofagusa



DIJAGNOSTIČKE METODE I TRETMAN

DIJAGNOSTIČKE METODE

TRETMAN

24 -satno
mjerjenje pH
vrijednosti
jednjaka -
najosjetljiviji
test za
dokazivanje
GERBa.

Detaljni
anamnestički
podaci (povijest
bolesti)

Endoskopska
dijagnoza -
pretraga koja je
nezamjenjiva u
dijagnostici
bolesti
probavnih organa

Detaljan
fizikalni
pregled

- Modifikacija životnog stila
- Lijekovi
- Smanjivanje lijekova koji pogoršavaju GERB

Edukacija
pacijenta

Izbjegavanje
saginjanja

Smanjenje
tjelesne težine
na idealnu
mjeru

Podizanje
uzglavlje
kreveta

Izbjegavanje
stezanja
pojasa i
nošenja
tjesne
odjeće

Smanjenje
pijenja kave,
čaja i nekih
sokova
(narandža.
limun...)

Češći i
manji obroci
umjesto
jednog većeg

Izbjegavanje
kasnih
obroka

Izbjegavanje
određenih
namirnica
(masnoće,
čokolada,
začini, luk,
krastavac...)

Izbjegavanje
alkohola,
naročito
bijelog vina

Prestanak
pušenja

Izbjegavanje
nekih lijekova
(aspirin,
nesteroidni anti
inflamatorni
lijekovi,
teofilin,
antagonisti Ca)

Simptomi GERB-a



Žgaravica



Nadutost



Poteškoće s gutanjem



Povraćanje



Suho grlo

BOLEST PEPTIČKOG ULKUSA

Ulceracije gastrične ili duodenalne mukoze. Može se diferencirati kao gastrični ulcer (GU) ili duodenalni ulcer (DU)

Manifestacije:

- Dispepsija- (gornji abdominalni bol ili neugodnost) je klasični simptom.
- Epigastrični ili substernalni nagrizajući ili bol koji peče.
- Povremeni bol ali koji može perzistirati
- Bol se može olakšati sa jedenjem.
- Rano zasićenje ili osjećaj punoće.
- Nadimanje i podrigivanje gasa.
- Mučnina i/ili povraćanje
- češće kod žena nego kod muškaraca

UZROK I DIJAGNOZA

Uzrok:

• stres,
ishrana i
povećana
produkcija
gastrične
kiseline.

• Helikobakter
pilori (H-
pilori)
infekcija je
glavni
faktor.

• 80-90%
pacijenata sa
GU ili DU su
inficirani.

• NSAID
(Nesteroidni
antiinflamatorni
i lijekovi)
koriste se kao
tretman.

• Pušenje
cigareta.

Povijest
bolesti

• Funkcionalna
oboljenja

• Alkohol,
kafa,
začinjena
hrana

• Anksioznost
i depresija

Dijagnoza:

• Identifikacija
H-pilorusa,
bilo seroloskim
testovima ili
analizom daha.

Gastroduoden
oskopiya

• Hematoloski
krvni testovi-
posebno
hemoglobin i
hematokrit.

• Stolica na
okultno
krvarenje -
test.

Helicobacter pylori

Tretman

- Ako postoji: iradikacija H-pilori bakterija sa trojnom terapijom, kombinacijom lijekova: Reducira se sekrecija gastricne kiseline:

Histamin 2 receptor antagonist-ranitidine

Inhibito protonske pumpe-omeprazol

- Antimikrobijali da eleiminiraju bakterije.

Amoxicilin, metronidazol, clarithromicin

- Tretman je obicno 7-14 dana

- Ako je uzrok NSAID upotreba:
- Prestati ako je moguće. Eliminirati upotrebu ASA, koristiti paracetamol.
- Modifikacija životnog stila:- prestanak pušenja
- Modifikacija ishrane- upozorenje za hranu koja se dobro ne podnosi



KOMPLIKACIJE ULCERA

- Hemoragije
- Perforacije koje vode do peritonitisa
- Pilorična ili duodenalna obstrukcija uzrokovana stvaranjem oziljkastog tkiva.
- Karcinom želudca

prisustvo sljedećih
znakova i simptoma :

- Aerofagija, podrigivanje
- Abdominalna distenzija
I osjetljivost
- Epigastrični ili
substernalni bol-
pečenje/stezanje
- Jelo može umanjiti ili
pogoršati simptome
npr.mučnina povraćanje
- Promjena u radu
crijeva, boja stolice
urina
- Gubitak tjelesne težine
i apetita
- Povijest bolesti
- Pušenje , konzumiranje
alkohola



Edukacija pacijenta

- Promjena životnog stila, redukcija stresa
- Prestanak pušenja
- Izbjegavanje gaziranih pića,
- Obilnih obroka
- Masne , začinjene hrane
- Voće i sokova koja sadrže dosta limunske kiseline,
- Pića koja sadrže kofein, žvakaće gume (pepermint, supermint)
- Neka vrste čajeva



HEPATITIS



- Upala jetre
- Primarno je uzrokovana virusima, ali može se razviti zbog otrova ili lijekova.
- Akutna ili kronična.

Tipovi hepatitisa – Način prenošenja

Hepatitis A	fekalno-oralni prenos
Hepatitis B	prenosi se preko krvi
Hepatitis C	prenosi se preko krvi
Hepatitis D	virus koji se krvlju prenosi; razvija se samo u prisutnosti Hepatitisa B
Hepatitis E	fekalno-oralni prenos

Laboratorijski testovi za hepatitis

- Testovi funkcije jetre - raznovrsne
- Bilirubin serum
- Prisustvo virusnih antigena ili antitijela u krvi (markeri)
- Svaki virus ima svoje specifične oznake





Hepatitis A Virus (HAV)

Hepatitis A je uzrokovan RNK virusom iz obitelji enterovirusa

- Prenosi se fekalno-oralnim putem

Najčešći način prenosa:

- konzumiranje zaražene hrane
- konzumiranje zaraženih tekućina

Virus je prisutan u stolici zaraženih osoba:

- prije pojave simptoma
- tokom prvih nekoliko dana bolesti

Period inkubacije:

- traje od 1 do 7 tjedana
- prosječno oko 30 dana

Razvoj bolesti:

- traje od 4 do 8 tjedana
- Virus je prisutan kratko u serumu
- Do pojave žutice, pacijent se smatra nezaraženim

KLINIČKA SLIKA

- Mnogi pacijenti su bez žutila i bez simptoma
- Kada se simptomi pojave:
 - vrlo su blagi
 - slični simptomima gripe ili infekcija gornjih dišnih puteva

-prisutna je ^{Anoreksija:} vrlo niska temperatura
jedan od ranih i vrlo izraženih simptoma

- Kasnije se mogu javiti:

žutica

taman urin

- Prisutni su problemi sa varenjem različitog stepena

- Jetra i slezena:

mogu biti blago uvećane

u prvih nekoliko dana nakon pojave bolesti

- Odrasli imaju izraženije simptome nego djeca

Hepatitis A

Signs and Symptoms:



Tretma n

Mirovanje u
krevetu (akutna
faza)

Aдекватna
ishrana

Glukoza
infuzijom (u
periodu
anoreksije)

Prognoz a

Oporavak je
uobičajen

Akutna nekroza
i fulminantni
hepatitis -
vrlo rijetko

Imunitet na
hepatitis A ne
štiti od drugih
hepatitisa

Nema kliconoštva

kronični
hepatitis nije
povezan sa
hepatitisom A



Prevenција

- Imunoglobulin za prevenciju hepatitisa A
- Djelotvoran ako se da u roku od 2 tjedna nakon izlaganja

Preporučuje se:

- putnicima u zemlje u razvoju
- osobama koje borave u područjima sa lošim ili nepoznatim higijenskim uslovima
- članovima domaćinstva oboljelog
- osobama u seksualnom kontaktu s oboljelim od hepatitisa A

EDUKACIJA

- Zbrinjavanje uglavnom u kući

- Hospitalizacija samo kod teških simptoma

- Pomoć pacijentu i obitelji u suočavanju sa: slabošću i umorom

- Praćenje simptoma i traženje pomoći ako se pogoršavaju

- Edukacija o:

- dijeti i odmoru

- kontroli krvne slike

- izbjegavanju alkohola

- higijenskim mjerama (pranje ruku)

- Prevencija širenja bolesti u domaćinstvu

- Smanjenje rizika zaraze:

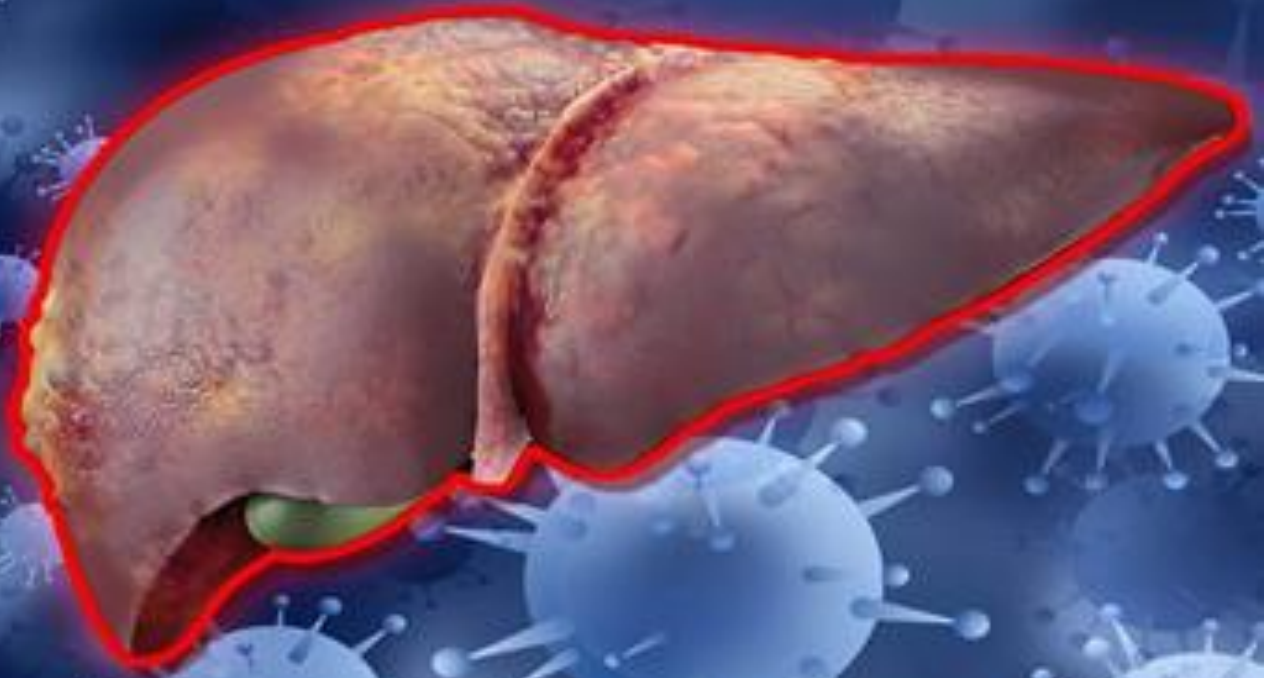
- osobna higijena

- temeljito pranje ruku

- sigurna hrana i sanitarni uslovi

WHAT IS

HEPATITIS B

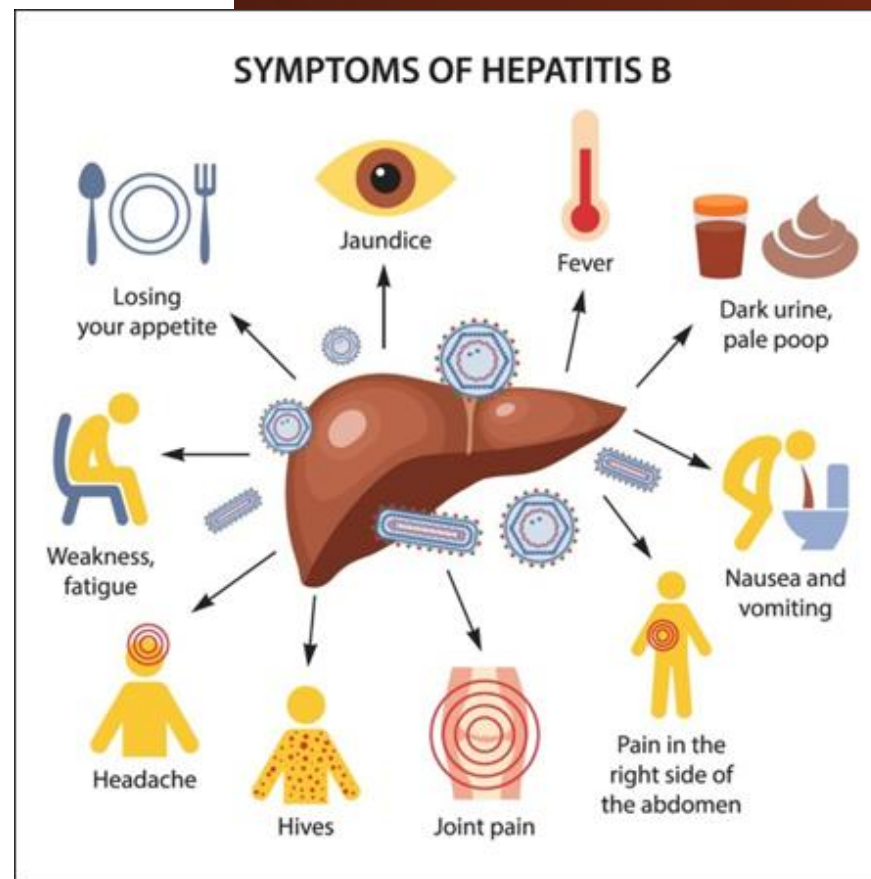


DNK virus

- Prenos krvlju i tjelesnim tekućinama
- Ulazak kroz sluznicu i oštećenu kožu
- Razmnožava se u jetri, dugo prisutan u serumu
- Rizične grupe: zdravstveni radnici, hemodijaliza/onkologija, MSM, IV narkomani
- Inkubacija: 1-6 mjeseci

Klinička slika

- Simptomi često blagi i promjenjivi
- Rijetko groznica i respiratorni simptomi
- Mogući artralgijska i osip
- Gubitak apetita, dispepsija, bol u abdomenu
- Opća slabost i nelagodnost
- Žutica može biti prisutna ili izostati
- Svijetla stolica, tamn urin
- Uvećana jetra



Tretman

- Interferon pokazuje povoljne rezultate
- Mirovanje i smanjenje aktivnosti dok jetra uvećana i bilirubin/enzimi povišeni
- Smanjen unos proteina dok jetra slabije metabolizira
- Antacidi i lijekovi protiv mučnine i povraćanja
- Oporavak traje 3-4 mjeseca
- Postepeno povećanje aktivnosti nakon povlačenja žutice
- Obratiti pažnju na psihološki faktor
- Uključiti obitelj u njegu i aktivnost

Prognoza i prevencija

- Smrtnost: 10%
- 10% postaju nosioci ili razvijaju kronični hepatitis
- Glavni uzrok ciroze i hepatocelularnog karcinoma



Prevenција

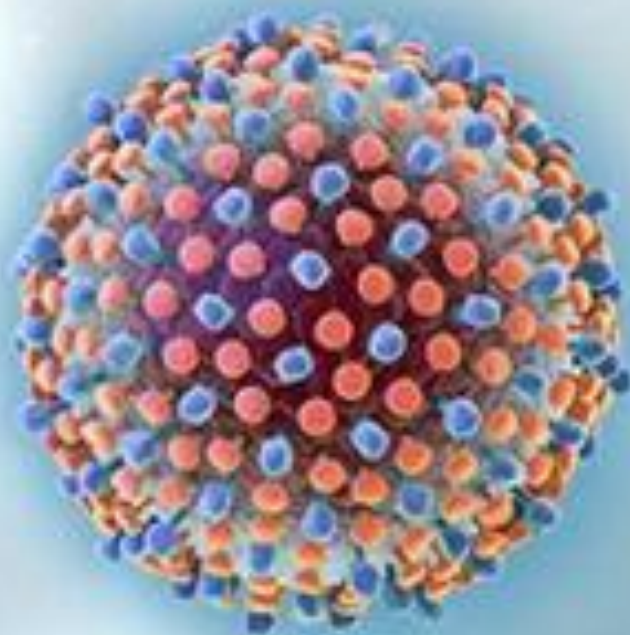
- Prekinuti lanac prenošenja
- Vakcinacija osoba visokog rizika
- Pasivna imunizacija nezaštićenih izloženih osoba

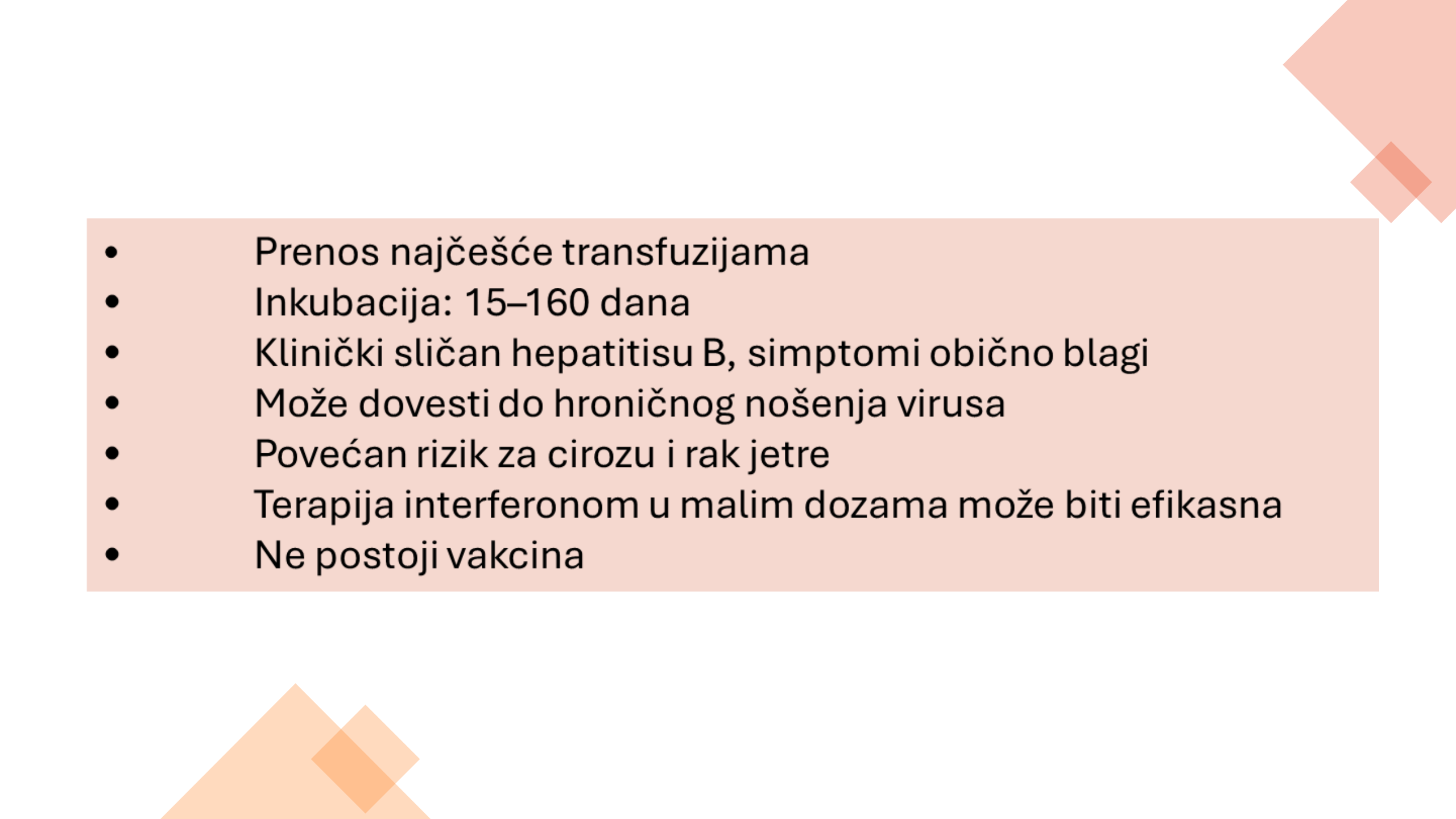
Edukacija i njega

- Edukacija pacijenta i obitelji o kućnoj njezi i oporavku
- Adekvatan odmor i ishrana prije otpusta
- Obavijestiti porodicu/prijatelje o riziku od hepatitisa B
- Omogućiti vakcinaciju (3 doze: 0., 1. i 6. mjesec)
- Aktivna i pasivna imunizacija kod izloženosti (seksualni kontakt, perkutano, sluznica)
- Praćenje zdravstvenog stanja od strane medicinske sestre
- Savjet: izbjegavati seksualne odnose ili koristiti kondome
- Zabraniti alkohol



Hepetitis C Virus

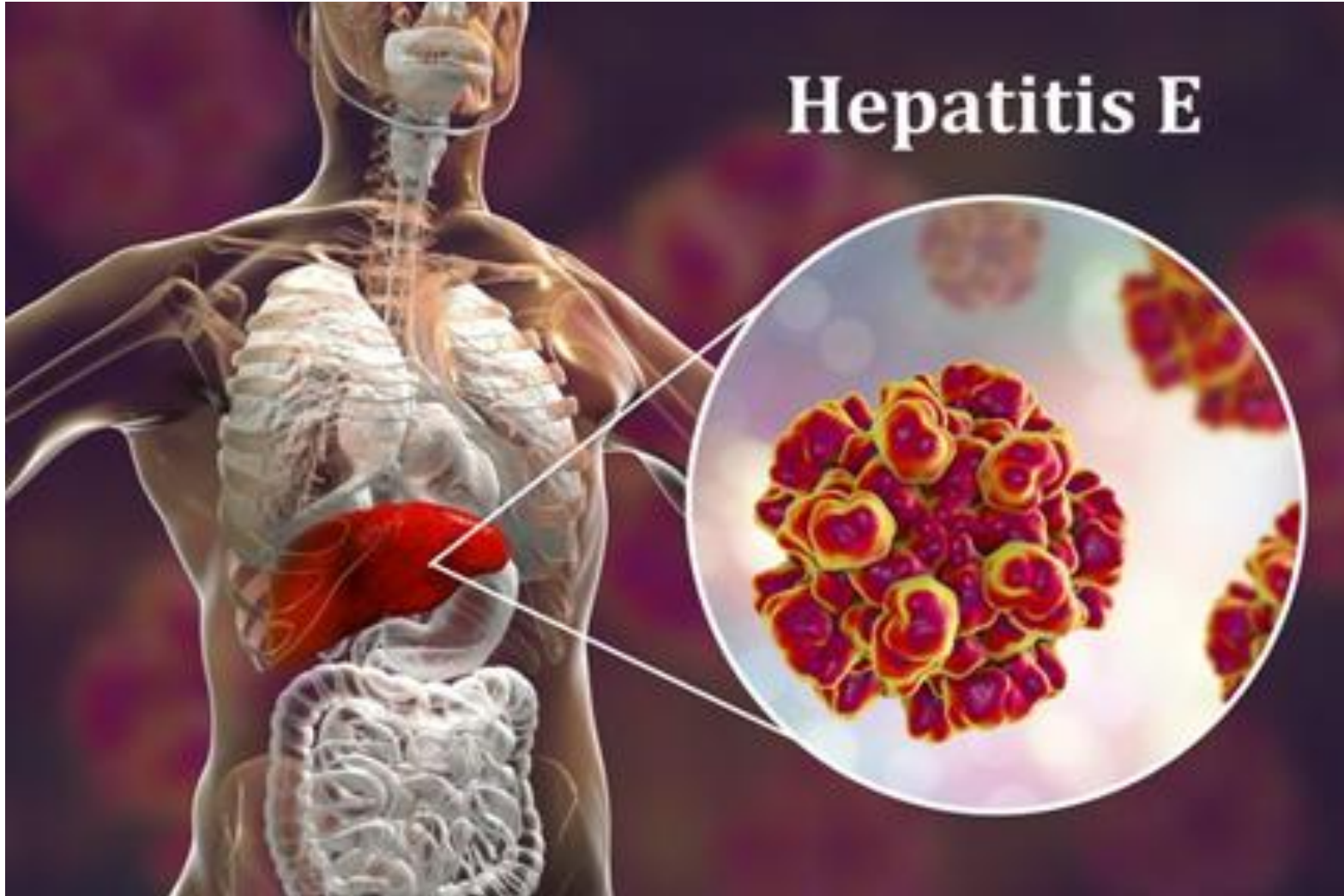


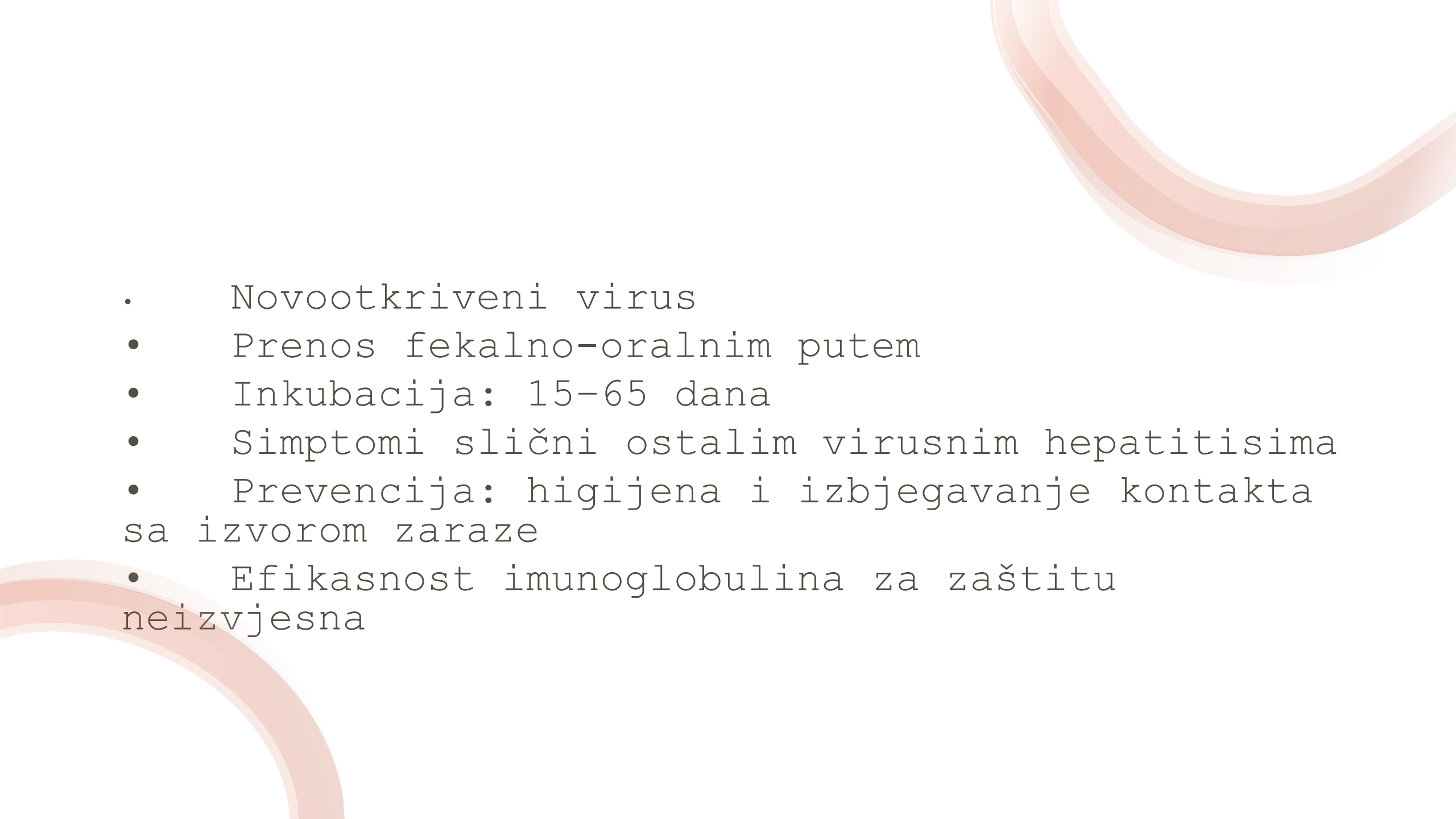
- 
- Prenos najčešće transfuzijama
 - Inkubacija: 15–160 dana
 - Klinički sličan hepatitisu B, simptomi obično blagi
 - Može dovesti do hroničnog nošenja virusa
 - Povećan rizik za cirozu i rak jetre
 - Terapija interferonom u malim dozama može biti efikasna
 - Ne postoji vakcina



- Javlja se samo kod osoba s hepatitisom B
- Virus zahtijeva HBsAg za razvoj
- Rizične grupe: česta upotreba iv lijekova, hemodijaliza, višestruke transfuzije
- Prenos: krv, seksualni kontakt s HBV zaraženima
- Inkubacija: 21-140 dana
- Simptomi slični hepatitisu B
- Veći rizik od fulminantnog hepatitisa, kroničnog aktivnog hepatitisa i ciroze
- Liječenje slično kao kod drugih hepatitisa

Hepatitis E



- 
- Novootkriveni virus
 - Prenos fekalno-oralnim putem
 - Inkubacija: 15-65 dana
 - Simptomi slični ostalim virusnim hepatitisima
 - Prevencija: higijena i izbjegavanje kontakta sa izvorom zaraze
 - Efikasnost imunoglobulina za zaštitu neizvjesna

Edukacija pacijenata – prehrana kod kronične upale jetre i hepatitisa B i C

Preporučeno:

- Svjež i tople, umjereno posoljene namirnice
- Raznovrsni česti i mali obroci
- Hranu dobro sažvakati
- Šećeri (med, voćni sokovi, voće) – ako nema dijabetesa
- Dovoljne bjelančevine: nemasno meso, jaja, svjež sir, mlijeko s niskim udjelom masti
- Biljne masnoće: ulje, margarin, biljna mast
- Povrće i voće: sirovo ili kuhano, obilno zbog kalija
- Salata s uljem ili limunovim

Zabranjeno / štetno:

- Vrela hrana, pržena jela, zaprška
- Masne juhe, svinjski proizvodi, konzervirana hrana
- Pržena i tvrdo kuhana jaja, masni sirevi, masniji mileram
- Svjež kruh, krastavci, hren, celer, kelj, suho povrće, pečeni krompir
- Šljive, dunje, grožđe, ribizle
- Kolači s puno nadjeva, pržena tijesta
- Pušenje
- Jak čaj, jaka kava, alkohol, gazirana pića

OPĆI
PROBLEMI
ELIMINACI
JE FECESA



- Definicija: manje od 3 pražnjenja tjedno
- Uzrok: spor prolaz fekalija kroz debelo crijevo → smanjeno crpljenje tečnosti
- Simptomi: tvrda stolica, teško pražnjenje, povećani naponi mišića
- Dijagnoza: zavisi od normalnih navika pražnjenja osobe; potrebno pažljivo praćenje

Zatvor (konstipacija):

- Manje od 3 pražnjenja tjedno
- Tvrda, suha stolica
- Napinjanje i bol pri pražnjenju
- Osjećaj nepotpunog pražnjenja, pritisak
- Korištenje laksativa, smanjen apetit, glavobolja

Uzroci zatvora:

- Nedostatak vlakana i tečnosti
- Nedovoljna tjelesna aktivnost
- Neredovne navike pražnjenja
- Nedostatak privatnosti
- Kronična upotreba laksativa
- Emotivni poremećaji (npr. depresija)
- Lijekovi (opijati, željezo)
- Bol (npr. hemoroidi)

Opasnosti:



Dijareja

- Tečne fekalije, ubrzana peristaltika
- Smanjeno vrijeme za apsorpciju vode i elektrolita
- Gubitak kontrole nad pražnjenjem
- Spazmodični grčevi često prisutni
- Može izazvati zabrinutost i stid

Nadutost (flatus)

- Uzrok: bakterije u debelom crijevu, gutanje zraka, gas iz krvi
- Prekomjerna količina gasova → razvlačenje i uvećanje crijeva



**BRISTOLSKA
LJESTVICA
KLASIFIKACIJE
STOLICE
(FECESA)**

tip 1



odvojene male tvrde grudice
veličine oraha (otežano
prolaze i mogu biti jako tamne
boje; jaka konstipacija)

tip 2



u obliku kobasice, ali kvrgave
(blaga konstipacija)

tip 3



poput kobasice, s pukotinama
na površini (može biti jako
tamna, normalno)

tip 4



poput kobasice, glatka i mekana
(prosječan izgled, normalno)

tip 5



meke mrlje s jasno izrezanim
rubovima (manjak vlakana)

tip 6



pahuljasti komadi s neravnim
rubovima (proljev)

tip 7



tekući vodenasti neklizeći
komadi (proljev)

skala njega – edukaci ja o ishrani



Cjelovite žitarice:

- Pomažu kod zatvora, bolova i nadutosti
- Hrana za "dobre" bakterije
- Rafinirane žitarice (bijeli kruh) nisu korisne

Voće i povrće

- Bogato vitaminima, folnom kiselinom, betakarotenom i vlaknima
- Smanjuje abdominalnu bol i slabost
- Treba jesti svježe, redovno

Jogurt i probiotičke bakterije:

- Obnavljaju crijevnu mikrofloru (*Lactobacillus acidophilus*)
- Pomažu kod sindroma iritabilnog kolona, smanjuju nadutost i plinove

Prehrambena vlakna:

Topiva vlakna (npr. pektin): formiraju gel, štite probavni trakt, smanjuju apsorpciju Kolesterol

Netopiva vlakna (pšenica, grah, mekinje, artičoke, smokve): laksativno djeluju, sprječavaju zatvor, održavaju redovno pražnjenje

Važno: povećati unos tekućine uz vlakna



- Proteini i mikronutrijenti: Osobe sa sindromom iritabilnog kolona trebaju do 30% više proteina, povišen unos vitamina i minerala zbog smanjene apsorpcije

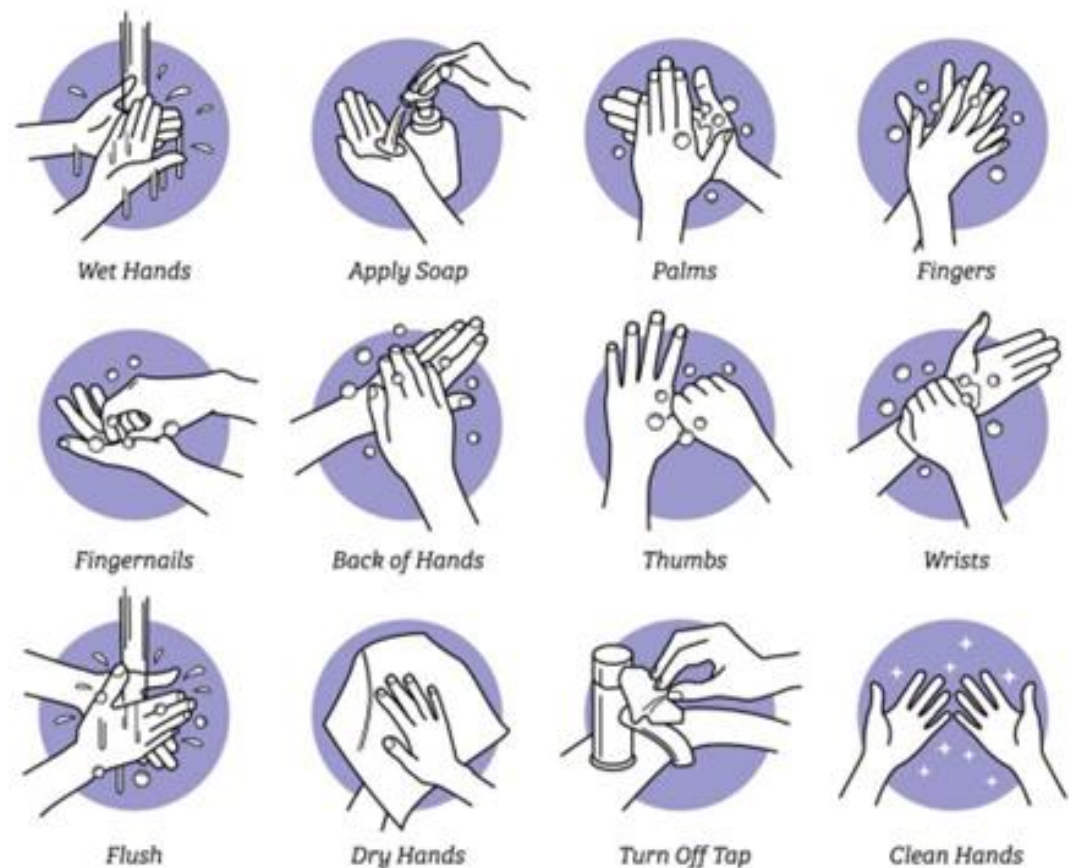


Univerzaln
e mjere
predostrož
nosti



1. PRANJE I DEZINFEKCIJA RUKU:

- Najvažnija procedura za prevenciju infekcija
- Kriteriji: sapun, tekuća voda, trljanje šaka 1 min, temeljno sušenje papirnim ubrusom
- Pranje: nakon kontakta s pacijentom, prije aseptične tehnike, na početku i kraju radnog vremena, poslije WC-a
- Prstenje, sat, narukvice i lak skinuti, rukave zavrnuti



2. SPREČAVANJE POVREDA IGLAMA I OŠTRIM PREDMETIMA:

- Igla se ne saviža, ne lomi, ne pokriva – odmah u kontejner za oštre predmete
- Jednokratni instrumenti: odmah odložiti u kontejner
- Višekratni instrumenti: u bubrežnjak, nositi rukavice prilikom čišćenja
- Izbjegavati nepotrebno rukovanje kontaminiranim oštrim predmetima



3. UPOTREBA RUKAVICA, MASKI I ZAŠTITNE ODJEĆE

- Rukavice: štite osoblje i pacijenta, obavezne pri kontaktu s krvlju, slinom, sluznicom i kontaminiranim predmetima
- Maske: štite ranjene i osoblje, obavezne u amb., porodilštima, stomatologiji, laboratorijama; mijenjati svaka 1,5-2 h ili kad se ovlaži
- Zaštitna odjeća: mantil, bluza, hlače/suknja, klompe/borosane; obavezna na radnom mjestu,



Tri prepreke u
prevenciji infekcija:

- Nedostatak znanja
- Teškoća u promjeni navika
- Neadekvatno radno okruženje



Prikazi slučaja

Gospodin N.N. star 67. godina, boluje od visokog krvnog pritiska unazad deset godina i koristi antihipertenzive u terapiji, gojazan i slabo pokretan, žali se da unazad tri mjeseca ima problema sa neredovnom stolicom.

- Uraditi dodatnu procjenu?
- Napraviti plan?

Gospođa M.B. starosti 23. godine, zaposlena, dolazi ne naručena u popodnevnim satima zbog problema učestalih stolica tokom dana. Vidno je iscrpljena, inače do sada je dolazila samo zbog povremenih prehlada.

- Uraditi dodatnu procjenu?
- Napraviti plan?

HVALA NA
PAŽNJI!

