

REFLUKS ORAZ CHOROBY ŻOŁĄDKA W PERSPEKTYWIE TMC

Część 1 – Fizjologia i Patologia Żołądka



Dorota Łapa

Terapeutka Medycyny Chińskiej,

Dietetyka, Akupunktura, Ziołolecznictwo

SPIS TREŚCI:

CEL WYKŁADU	4
PLAN WYKŁADU	4
1. ANATOMIA I FIZJOLOGIA	4
1.1. JAMA USTNA	5
1.2. PRZEŁYK	5
1.3. ŻOŁĄDEK	6
1.3.1. KWAS SOLNY	6
2. NADKWASOTA, NIEDOKWASOTA A HELICOBACTER PYLORI I REFLUKS	7
2.1. NADKWASOTA CZY NIEDOKWASOTA ŻOŁĄDKA	8
2.2. PRZYCZYNY I OZNAKI CHOROÓB ŻOŁĄDKA W MEDYCYNIE AKADEMICKIEJ	9
2.2.1. HELICOBACTER PYLORI	9
2.2.2. UPROSZCZONY PRZEBIEG I NASTĘPSTWA ZAKAŻENIA	10
2.2.3. METODY WYKRYWANIA HELICOBACTER PYLORI	10
3. PRZEMIANA ZIEMI W MEDYCYNIE CHIŃSKIEJ I JEJ ZALEŻNOŚCI NARZĄDOWE	11
3.1. ZEGAR NARZĄDÓW – ZALEŻNOŚCI NARZĄDOWE	12
3.2. PATOLOGIE ZIEMI W TMC	12
4. PATOLOGIE ŻOŁĄDKA W TMC	13
4.1. ZASTÓJ POŻYWIENIA W ŻOŁĄDKU	14
4.2. OGIEŃ ŻOŁĄDKA	14
4.3. NIEDOBÓR YIN ŻOŁĄDKA	15
4.3.1. PODSTAWOWE WYTYCZNE DO LECZENIA DIETĄ	15
4.3.2. ZIOŁOWE REMEDIA PRZY OGNIU ŻOŁĄDKA I NIEDOBORZE YIN	16
4.4. ZIMNO ŻOŁĄDKA	16
4.4.1. PODSTAWOWE WYTYCZNE DO LECZENIA DIETĄ	17
4.4.2. ZIOŁOWE REMEDIA PRZY ZIMNIE ŻOŁĄDKA	17
4.5. REFLUKS – ZBUNTOWANA QI ŻOŁĄDKA	17
5. ZIOŁOWE REMEDIA I PODSTAWOWE SUBSTANCJE WSPIERAJĄCE LECZENIE CHOROÓB ŻOŁĄDKA	19



REFLUKS ORAZ CHOROBY ŻOŁĄDKA W PERSPEKTYWIE TMC

Część 1 - Fizjologia i Patologia Żołądka

5.1. NATURALNE ANTYBIOTYKI I ROŚLINY O WŁAŚCIWOŚCIACH PRZECIWWIRUSOWYCH	19
5.1.1. OREGANO	19
5.1.2. SREBRO KOLOIDALNE	19
5.1.3. CZYSTEK – NAUKOWE DONIESIENIA	20
5.2. INNE BADANE NATURALNE SKŁADNIKI DIETY NISZCZĄCE H. PYLORI	20
5.3. AKTYWNE KATALOGOWANE PROBIOTYKI	20
TEST NA ZAKWASZENIE ŻOŁĄDKA KROK PO KROKU	21

CEL WYKŁADU

Zapoznanie z aspektami chorób żołądka w medycynie zachodniej oraz odzwierciedlenie patologii Żołądka w Medycynie Chińskiej.

PLAN WYKŁADU

- Anatomia , fizjologia i patologia żołądka w medycynie zachodniej.
- Nadkwasota, niedokwasota a Helicobacter Pylori i refluks.
- Przemiana Ziemi w Medycynie Chińskiej i jej zależności narządowe.
- Patologie Żołądka w TCM – Zastój pożywienia w Żołądku, Ogień Żołądka, niedobór Yin Żołądka, Zimno Żołądka oraz różnicowanie refluksu w TCM.
- Ziołowe remedia i podstawowe substancje wspierające leczenie chorób Żołądka.

1. ANATOMIA I FIZJOLOGIA

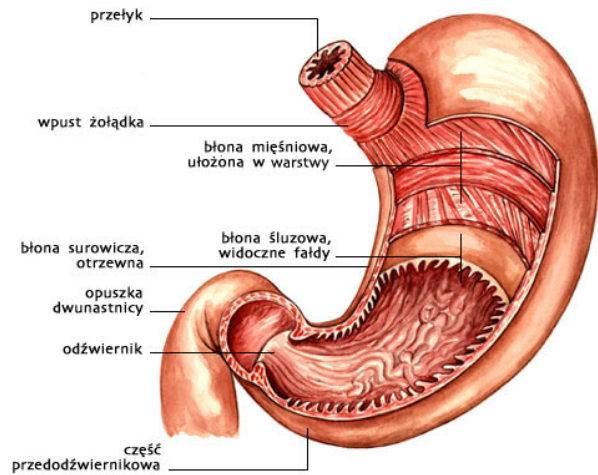
Przewód pokarmowy składa się z:

- jamy ustnej,
- gardła,
- przełyku,
- żołądka,
- jelita cienkiego,
- jelita grubego.

Układ trawienny człowieka ma **kształt kanału, którego długość dochodzi do 8 m.**

Ściana przewodu pokarmowego ma **3 warstwy**:

- błonę śluzową z tkanką podśluzową,
- błonę mięśniową,
- błonę surowiczą.



Błona surowicza, zwana otrzewną, stanowi "worek" wyściełający od wewnątrz ściany jamy brzusznej - **otrzewna ścienna**.

Otrzewna trzewna - pokrywa narządy zawarte w jamie brzusznej i miednicy małej.

1.1. JAMA USTNA

- Jama ustna jest miejscem, w którym **pokarm podlega rozdrobnieniu, nawilżeniu przez ślinę oraz uformowaniu w kęsy**.
- W jamie ustnej rozpoczyna się **trawienie węglowodanów** przy pomocy amylazy ślinowej zwanej ptialiną.

1.2. PRZEŁYK

- Przełyk jest to **elastyczny przewód** o gładkich ścianach, zbudowanych z mięśni i wyściełonych od wewnątrz błoną śluzową.
- Znajduje się on na tylnej ścianie klatki piersiowej i po przejściu przez przeponę wpada do żołądka.
- Łączy gardło z żołądkiem.
- W przełyku panuje ciśnienie niższe od atmosferycznego.
- Nie zachodzi w nim wchłanianie pokarmów.

1.3. ŻOŁĄDEK

Składa się z:

- części wpustowej (wpustu),
- dna,
- trzonu i części odźwiernikowej.



Mięśniówka żołądka powoduje ruchy jego ścian - w ten sposób **treść pokarmowa miesza się z sokiem żołądkowym**.

Na krzywiznie większej w 1/3 górnej jej długości znajduje się **rozrusznik, sterujący czynnością perystaltyczną żołądka**.

Gruczoły żołądka:

- wydzielają śluz i sok żołądkowy,
- zawierają enzymy:
 - pepsynę,
 - katepsynę,
 - podpuszczkę,
 - kwas solny.

Przy udziale enzymów odbywa się w żołądku **trawienie białek**.

Komórki okładzinowe żołądka wydzielają oprócz kwasu solnego tzw. **czynnik wewnętrzny Castle'a**, który wiąże się z witaminą B12 i umożliwia jej wchłanianie w jelicie krętym.

ŻOŁĄDEK pH 1,3 – 2,5

1.3.1. KWAS SOLNY

Najważniejsze funkcje:

- zakwaszona treść żołądkowa aktywuje wydzielaną przez żołądek pepsynę,
- żołądkowy kwas solny zabija bakterie dostające się wraz z pożywieniem do żołądka,
- kwaśna treść w dwunastnicy pobudza jej błonę śluzową do wydzielania hormonów jelitowych: sekretyny i cholecystokininy, co wzmacnia wydzielanie soku trzustkowego i żółci.

2. NADKWASOTA, NIEDOKWASOTA A *HELICOBACTER PYLORI* I REFLUKS

NIEDOBÓR KWASU SOLNEGO - niedokwaśność

Powodować go może:

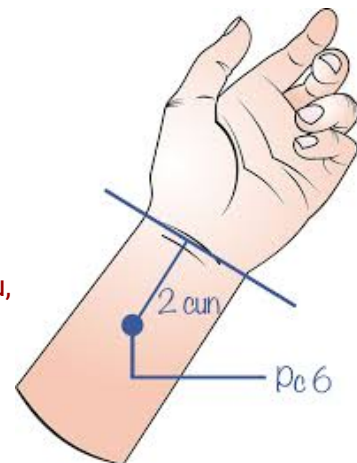
- niedobór składników odżywczych, np. tiaminy,
- dieta wegetariańska lub wegańska,
- problemy z nadnerczami z powodu stresu i wyczerpania,
- **infekcja *H. pylori*** (które neutralizują kwas żołądkowy, aby móc przetrwać w ludzkim organizmie);

dotatkowo **niedobór kwasu żołądkowego prowadzić może do anemii** związanej z niedoborem witaminy B12 bądź żelaza. Jest to związane z faktem, że by wydobyć te składniki odżywcze z pokarmów białkowych organizm potrzebuje kwasu żołądkowego.

Objawy niedoboru kwasu solnego:

- odczucie pełności,
- zmęczenie po jedzeniu,
- zaparcia lub biegunki (lub obie sytuacje występujące naprzemiennie),
- objawy refluksu,
- niedobór Krwi i przewlekłe zmęczenie.

Punkt Osierdzie 6 w akupunkturze wspiera leczenie refluksu, zgagi oraz mdłości.



Inne skutki niedoboru kwasu solnego:

- **zakażenie pasożytami** – kwas żołądkowy pomaga sterylizować spożywane pokarmy i pomaga pozbywać się patogenów,

- **powstanie nietolerancji pokarmowych** - proteiny niedostatecznie strawione mogą indukować odpowiedź ze strony układu immunologicznego i prowadzić do nietolerancji pokarmowych, szczególnie glutenu i produktów mlecznych,
- **przerost bakteryjny w jelicie cienkim (SIBO)** - bez obecności kwasu żołądkowego bakterie w jelicie mogą przerastać i odżywiać się nie do końca strawionymi białkami. Szacuje się, że u ponad 50% osób z niedoczynnością tarczycy diagnozuje się SIBO,
- **hypergastrinemię** (nadmierną sekrecję gastryny, innego enzymu trawiennego, jako kompensacja do niskiego poziomu kwasu żołądkowego). Sytuacja ta stanowi konsekwencję przedłużającego się niedoboru kwasu żołądkowego i może prowadzić do powstania nowotworów w przewodzie pokarmowym.

2.1. NADKWASOTA CZY NIEDOKWASOTA ŻOŁĄDKA

Dolegliwości nadkwaśności	Niedokwasota żołądka
nawracające, ssące bóle żołądka w przypadku dłuższej przerwy między posiłkami czy głodu	niedokwasota żołądka to stan, który nie jest łatwy do leczenia,
oraz powstawanie owrzodzeń okolicy odźwiernikowej żołądka i dwunastnicy,	należy wprowadzić leczenie infekcji <i>Helicobacter pylori</i> (o ile zostaną rozpoznane),
po posiłkach często pojawia się zgaga – pieczenie i ból w nadbrzuszu i w klatce piersiowej, połączone z kwaśnym odbijaniem,	uzupełnianie niedoborów kwasów i enzymów za pomocą preparatów, i środków wspierających poprawę kwaśności,
objawy te przemijają (przynajmniej na krótką chwilę) po wypiciu nawet niewielkiej ilości płynów czy spożyciu kilku kęsów chleba.	należy zapewnić jak najlepsze wchłanianie cennych składników pokarmowych, suplementację, przede wszystkim żelaza i witaminy B12.

CO MOŻESZ ZROBIĆ I JAK "ZAKWASIĆ" SWOJE ŚRODOWISKO:

1. **Ocet jabłkowy fermentowany** – na 15 minut przed głównymi posiłkami pić 2 łyżki octu jabłkowego fermentowanego, naturalnie mętnego wymieszanego z połową szklanki wody.

Nie używamy octu spirytusowego!

2. **Woda z cytryną** – zamiast octu jabłkowego możemy użyć soku z cytryny, którego pH wynosi między 2-2,5. Może być też ze świeżym imbirem.
3. **Krople żołądkowe** - zaleca się by przed posiłkiem wlać kilka kropli na język - stymulują one wydzielanie kwasu solnego.
4. **Betaina HCl oraz enzymy trawienne** (proteolityczne) – np. bromelanina, papaina, trypsyna.

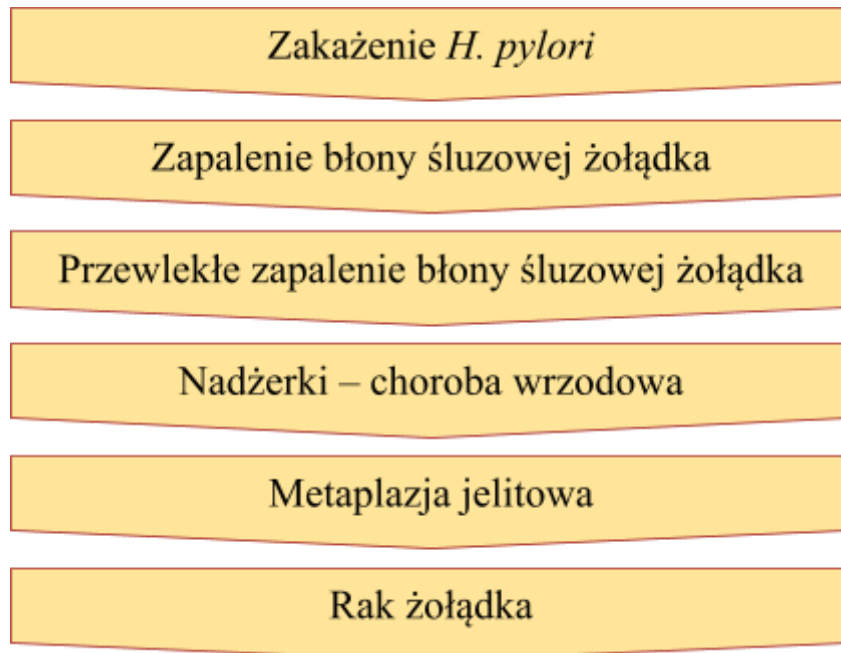
2.2. PRZYCZYNY I OZNAKI CHORÓB ŻOŁĄDKA W MEDYCYNIE AKADEMICKIEJ

PRZYCZYNY	OBJAWY
<ul style="list-style-type: none"> ● infekcja <i>Helicobacter pylori</i>, ● stres, ● stosowanie niesteroidowych leków przeciwzapalnych (NLPZ), ● manifestacja choroby Leśniowskiego-Crohna, ● nadprodukcja gastryny stymulującej sekrecję kwasu solnego w żołądku, a wydzielanej przez hormonalnie czynny guz zwany: gastrinoma, ● nadczynność przytarczyc, ● palenie tytoniu, ● nieprawidłowa dieta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● słaby żołądek, ● ból żołądka, ● nudności i wymioty, ● odbijanie, ● czkawka, ● rozpieranie i ból w jamie brzusznej, ● biegunka, luźne stolce, ● ogólny obrzęk, ● zaburzenia krwi, ● wychudzenie lub nadwaga.

2.2.1. *HELICOBACTER PYLORI*

- Jest Gram – ujemną bakterią, dzięki obecności ureazy bakteria jest w stanie przeżyć w silnie kwaśnym pH żołądka.
- Jest bakterią wybredną, do wzrostu wymaga bardzo specyficznych warunków zewnętrznych.
- **Może zasiedlać obszary układu pokarmowego i powodować zapalenia poszczególnych jego odcinków.** Głównym miejscem, w którym można stwierdzić obecność tego drobnoustroju jest **blona śluzowa żołądka**.
- Dodatkowo stwierdza się jego obecność także w dwunastnicy i przełyku.

2.2.2. UPROSZCZONY PRZEBIEG I NASTĘPSTWA ZAKAŻENIA



2.2.3. METODY WYKRYWANIA *HELICOBACTER PYLORI*

METODY NIEINWAZYJNE	METODY INWAZYJNE
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Test oddechowy ➤ Test osoczowy ➤ Badania serologiczne ➤ Testy molekularne 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Test ureazowy ➤ Badanie histologiczne wycinków ➤ Badanie mikrobiologiczne (hodowla)

3. PRZEMIANA ZIEMI W MEDYCYNIE CHIŃSKIEJ I JEJ ZALEŻNOŚCI NARZĄDOWE

ŻOŁĄDEK W SAMYM „ŚRODKU”

„Śledziona”, „Trzustka” oraz „Żołądek” reprezentują w ciele **element Ziemi**.

Ziemia to:

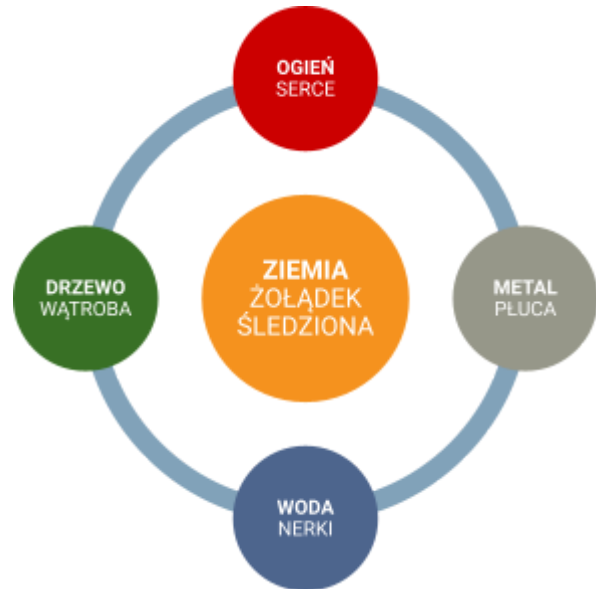
- Środek, Centrum, wokół którego grawitują pozostałe elementy.

Ziemia łączy:

- Ogień i Wodę,
- Drzewo i Metal.

Ziemia zajmuje się:

- wytwarzaniem Qi, Płynów i Krwi oraz substancji niezbędnych do podtrzymania życia.



PRZEMIANA ZIEMI – FIZJOLOGIA ŻOŁĄDKA WG TMC

Żołądek kontroluje:

- przyjmowanie i utrzymanie pokarmu,
- rozdrabnianie i rozkład pokarmów,
- transport wyekstrahowanej z pożywienia esencji,
- zstępowanie Qi.

Jest źródłem i początkiem produkcji pourodzeniowej Jing, Yin, Krwi i Yin Ye.

Narząd Yang Przemiany Ziemi – „trawienie”, przyjmowanie świata.

Żołądek jest narządem czerpania **zmysłowej przyjemności** z życia:
dobre jedzenie ☺ dobre picie ☺ dobry seks ☺

ZAINWESTUJ W ZDROWIE!

Wykup dostęp do naszego webinaru i uzyskaj dostęp do pełnego, 55-stronicowego materiału!

Materiał "Refluks oraz Choroby Żołądka w Perspektywie TMC" składa się z **dwóch części**:

Część 1 - Fizjologia i Patologia Żołądka (21 stron materiału).
Część 2 - Odżywianie i Receptury Ziołowe (34 strony materiału).

W materiałach znajdziesz jeszcze takie informacje, jak:

- **patologie Żołądka w TMC** - Zastój pożywienia w Żołądku, Ogień Żołądka, Niedobór Yin Żołądka, Zimno Żołądka oraz różnicowanie refluksu w TMC,
- **podstawowe wytyczne do leczenia patologii Żołądka dietą,**
- **ziołowe remedia i podstawowe substancje wspierające leczenie** chorób Żołądka,
- **test na zakwaszenie Żołądka krok po kroku,**
- **odżywianie w diecie rozdzielnej** dla dobrego trawienia,
- **odżywianie w diecie Pięciu Przemian z uwzględnieniem leczniczego smaku słodkiego,**
- **podstawowe kierunki zmian w nowoczesnym naturalnym odżywianiu,**
- **receptury** - wybrane formuły ziołowe w medycynie chińskiej dopasowane do syndromów chorób Żołądka,
- **potrawy i ich propozycje na poszczególne posiłki w ciągu dnia,**
- **przykładowe przepisy:**
 - zupa śniadaniowa - 2 zboża,
 - kasza jaglana ze świeżymi pomidorami
 - zupa krem z selera naciowego,
 - krupnik jaglany,
 - cukinia w cieście,
 - makaron ryżowy z warzywami duszonymi,
 - kisiel z tartych gruszek słodzony słodem ryżowym,
 - kompot,
- **tabele produktów spożywczych z oznaczeniami smaków, termiki i działaniem.**

Nazwa	Smak	Termika	Działanie
Amarant	sł, lekko g	n	przekształca Śluz
Gryka	g	og	wspomaga trawienie, przekształca Wilgoć
Jęczmień	sł	och	wzmacnia Śledzionę, chłodzi Pęcherz, moczopędny