

Żywienie Optymalne kontra... KAMICA ŻÓŁCIOWA

Kamica żółciowa (*cholelithiasis*) jest najpowszechniej spotykaną chorobą dróg żółciowych. Dotyczy przeważnie kobiet po 40 roku życia. Głównie pojawia się u pań otyłych oraz po kilku porodach.

Kamica żółciowa ma bardzo różny obraz kliniczny. Czasem przebiega bezobjawowo i wykrywana jest przypadkowo. Przeważnie jednak powoduje bóle w prawym podżebrzu, promieniujące aż do łopatki, oraz wzdęcia i nudności.

Niewielu uczonych zastanawia się nad przyczyną krystalizacji złogów w drogach żółciowych. Ustalono powszechne standardy leczenia, które z reguły kończą się usunięciem woreczka żółciowego. Ponieważ metoda operacyjna jest prawie wolna od powikłań, w świecie medycznym sprawa wydaje się oczywista. Jednak, przecież każde schorzenie musi mieć jakąś pierwotną przyczynę. W tym wypadku jest ona niezwykle prosta. Otóż powszechne ograniczenie tłuszczu, przy ogromnej ilości spożywanych węglowodanów to przyczyna kamicy żółciowej. Jedną z funkcji wątroby jest wytwarzanie żółci, która gromadzona jest w pęcherzyku żółciowym. Podczas przyjmowania pokarmów zawierających tłuszcz ulega on obkurczeniu i przekazuje żółć do dwunastnicy. Gdy drastycznie ograniczymy ilość spożywanego tłuszczu pojawia się zmniejszone zapotrzebowanie na żółć. Następuje zahamowanie jej spływu, co powoduje zaleganiu w pęcherzyku i sprzyja wytworzeniu się jąder krystalizacji, na bazie których zaczynają budować się złogi. Powyższy proces jest niezwykle powolny i często trwa latami. Zmiany, powszechnie uważane są za nieodwracalne, ale przecież jedno z podstawowych praw chemii mówi, że nie ma w przyrodzie procesów przebiegających tylko w jednym kierunku.

Wprowadzając dietę bogatotłuszczową i niskowęglowodanową, a tym właśnie jest Żywienie Optymalne rośnie przepływ żółci przez przewody wątrobowe oraz pęcherzyk. Istniejące w nim złogi mają możliwość mechanicznego i chemicznego rozpuszczania. Proces ten wydłuża się gdy w kamieniach obecny jest wapń.

Przy poprawnym stosowaniu Żywienia Optymalnego kamienie w woreczku żółciowym i drogach żółciowych szybko ulegają rozpuszczeniu. Osoby cierpiące na to schorzenie powinny dokładnie obserwować mocz i stolec. Jeśli pojawią się bóle w okolicy prawego podżebrza, mocz stanie się ciemny, a stolec jasny, będzie to oznaczało, że zmniejszony kamień zatkał przewód żółciowy. Może to nastąpić pomiędzy drugim tygodniem, a trzecim miesiącem od rozpoczęcia Żywienia Optymalnego. Nie należy wtedy wpadać w panikę. Zażywamy wówczas leki rozkurczowe takie jak No-Spa, spasmophen, a najlepiej wypić jedną ampułkę (0,5 mg) atropiny oraz jedną ampułkę (40 mg) papaweryny. Profilaktycznie, leki warto zakupić wcześniej. Po zastosowaniu kuracji farmakologicznej kamień powoli zostanie przesunięty w przewodzie i wydany do dwunastnicy. Jeśli objawy żółtaczki nie ustąpią w ciągu 5-6 dni, lub pojawią się dreszcze i wysoka gorączka, konsultacja chirurgiczna jest niezbędna. Natomiast gdy nie ma więcej kamieni, jesteśmy wyleczeni z kamicy. A poprawne stosowanie Żywienia Optymalnego niemal w 100% chroni przed nawrotem choroby.

Opracowała: Agata Waszak
Konsultacja medyczna: dr n. med. Aleksander Zieliński