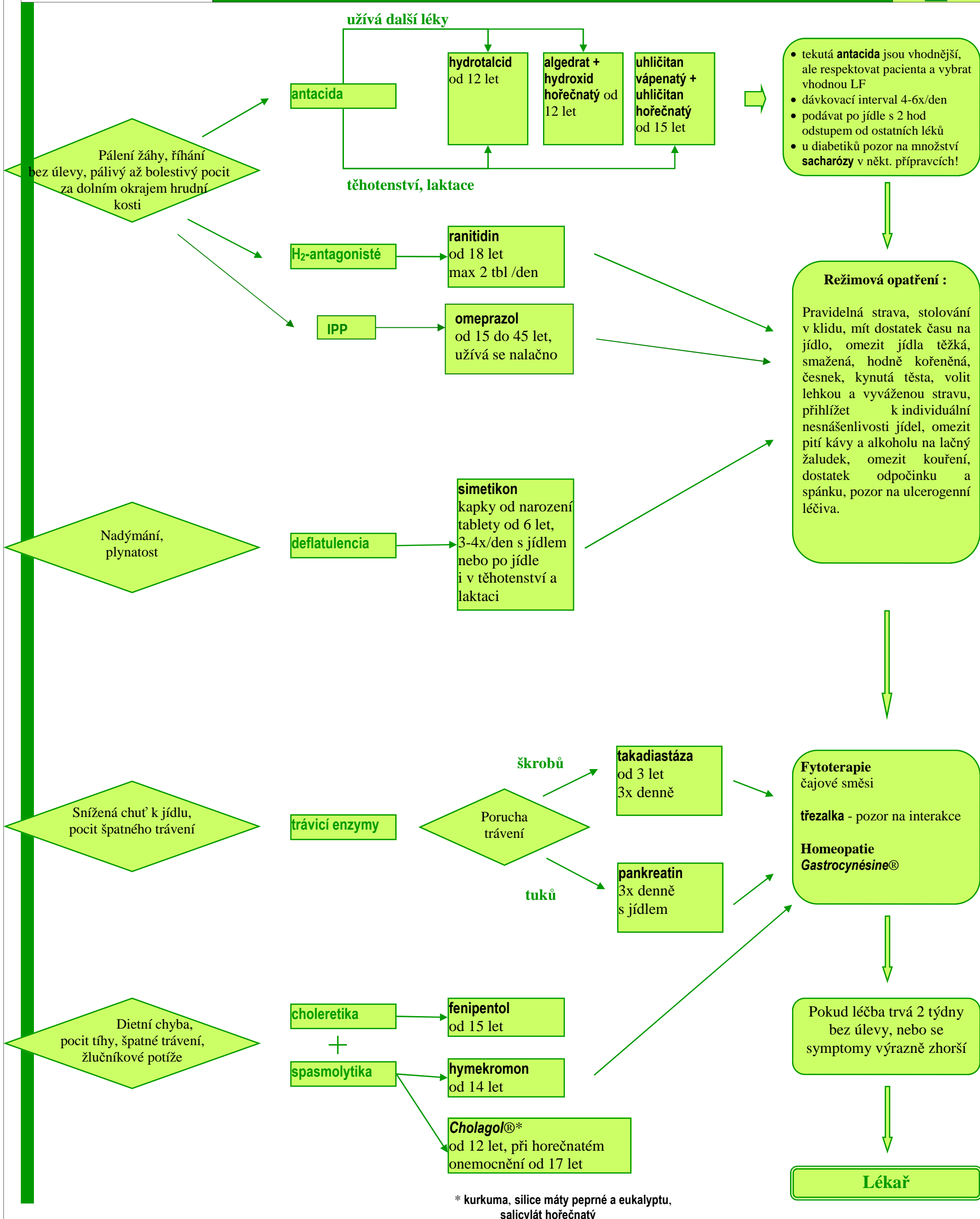


Trávicí obtíže

Zpracováno na základě postupu PharmDr. Kotolové

Doporučený postup České lékárnické komory



- tekutá antacida jsou vhodnější, ale respektovat pacienta a vybrat vhodnou LF
- dávkovací interval 4-6x/den
- podávat po jídle s 2 hod odstupem od ostatních léků
- u diabetiků pozor na množství sacharózy v někt. přípravcích!

Režimová opatření :

Pravidelná strava, stolování v klidu, mít dostatek času na jídlo, omezit jídla těžká, smažená, hodně kořeněná, česnek, kynutá těsta, volit lehkou a vyváženou stravu, přihlížet k individuální nesnášenlivosti jídel, omezit pití kávy a alkoholu na lačný žaludek, omezit kouření, dostatek odpočinku a spánku, pozor na ulcerogenní léčiva.

Fytoterapie
čajové směsi

třezalka - pozor na interakce

Homeopatie
Gastrocynésine®

Pokud léčba trvá 2 týdny bez úlevy, nebo se symptomy výrazně zhorší

Lékař

* kurkuma, silice máty pepřné a eukalyptu, salicylát hořečnatý

Trávicí obtíže

Zpracováno na základě postupu
PharmDr. Kotolové

Doporučený postup České lékařnické komory

Trávicí obtíže

Dyspepsie – souhrnné označení pro řadu trávicích obtíží, které se vyskytují v různé kombinaci a mohou mít mnoho příčin. Trávicí obtíže se projevují nepříjemným pocitem v nadbříšku a v okolí břicha, říháním bez pocitu úlevy, pálením žáhy, poruchou chuti k jídlu, pocitem nadmutí a plynatostí, kručením a přeléváním aj.

Nemocní nesnášejí dráždivou stravu, alkohol, černou kávu. Poruchy mohou být vyvolané životním stylem (nervozita, spěch, nespavost ...), **kortikoidy** při stresu zvyšují sekreci kyseliny chlorovodíkové a zároveň snižují sekreci mucinu a mění jeho složení. Duodenální vřed se manifestuje bolestí nalačno, ustupuje po požití stravy, žaludeční vřed se manifestuje bolestí brzy po jídle!!!

Režimová opatření :

Pravidelná strava, stolování v klidu, mít dostatek času na jídlo, omezit jídla těžká, smažená, hodně kořeněná, česnek, kynutá těsta, volit lehkou a vyváženou stravu, jíst častěji a po menších dávkách, přihlížet k individuální nesnášenlivosti jídel, omezit pití kávy a alkoholu na lačný žaludek, omezit kouření, dostatek odpočinku a spánku, pozor na ulcerogenní léčiva (např. **NSAID, kortikoidy**).

Při dyspepsii ulcerózního typu s výraznou převahou pálení žáhy doporučujeme **antacida** jako lék volby. Při opakovaných obtížích pokud **antacida** nestačí doporučíme **H₂-antagonistu**, nebo **omeprazol**. Pokud se potíže nezlepší samoléčbou, nebo se výrazně zhorší, kontaktovat lékaře, u starších pacientů pamatovat na riziko karcinomu žaludku. Další znepokojující symptomy, náhlá ztráta hmotnosti, anorexie, anémie.

Antacida – neutralizují kyselý žaludeční obsah účinek trvá cca 60 min

Obsahují kombinace hlinitých, hořečnatých a vápenatých solí (tzv. nesystémová **antacida**, nevstřebávají se, nehrozí vážnější NÚ), antacida s převahou hořčíku působí spíše laxativně, antacida s převahou hliníku působí spíše obstipačně, vhodnější jsou kombinované přípravky pro neutralizaci obstipačního/laxativního účinku. Antacida se podávají 4-6x den 1 – 3 hodiny denně po jídle a na noc. Antacida je nutné podávat s 2 hodinovým odstupem od ostatních léků, zpomalují jejich vstřebávání. Pokud se antacida podávají krátkodobě jsou bezpečná, při dlouhodobém podávání u lidí s poškozením ledvin hrozí hypermagnezemie, encefalopatie z nadbytku hliníku, nebo hypofosfatémie v důsledku sníženého vstřebávání fosforu (tvorba nerozp. komplexů), jsou nevhodná u těžších poruch ledvin a poruch minerálního hospodaření.

Hydrotalcid (např. **Talcid® Rutacid®**) – komplexní uhličitán hořečnatý, pro samoléčbu od 12 let, vhodné v těhotenství, lepší pufovací schopnost a delší účinnost - cca 75 – 90 min

Algeldrat + hydroxid hořečnatý (např. **Anacid®, Maalox®**), pro samoléčbu od 14-15 let (viz SPC jednotlivých přípravků), nevhodné v těhotenství

Uhličitán vápenatý + uhličitán hořečnatý (např. **Rennie®**) pro samoléčbu od 15 let, vhodné v těhotenství, nezapomenout na časový odstup od jiných léků. Patří mezi tzv. systémová antacida, částečně se vstřebávají a mohou mít systémové účinky, vstřebává se asi 10% vápníku a 15-20% hořčíku. Uhličitany v kys. prostředí reagují za vzniku CO₂, ten může dráždit žaludeční sliznici a způsobovat hypersekreci HCl a tedy ještě potíže zhoršovat.

H₂-antagonisti

Ranitidin - OTC v síle 75 mg. Pro samoléčbu od 18 let, nevhodný v těhotenství a laktaci, snižuje biologickou dostupnost léčiv jejichž absorpce je závislá na kyselém prostředí žaludku. V kombinaci s **NSAID** sice zlepšuje jejich snášenlivost, ale nechrání před vznikem žaludečních vředů. Užívají se max 2 tbl. za den bez ohledu na jídlo, zapít.

IPP

Omeprazol – OTC jsou některé přípravky v síle 10 mg. Pro samoléčbu pyrózy a gastritidy od 15 do 45 let, těhotné a kojící mohou užívat pouze na doporučení lékaře. Pokud se stav nezlepší do 5 dní od začátku léčby, je třeba naštívít lékaře. Užívá se nalačno.

Deflatulencia volíme pokud pacient udává nadýmání, plynatost a nepříjemné pocity s tím spojené jako pocit tlaku a plnosti.

Simetikon - je vhodný pro všechny věkové kategorie od kojenců po starší pacienty, vhodný v těhotenství a laktaci.

Dávkování : 3-4x 40 – 80 mg denně během jídla, nebo po jídle, dle potřeby na noc, malým dětem lze aplikovat do lahvičky s pitím nebo mlékem.

! tobolky přípravku **Espumisan®** obsahují **glycerol**, který může ve vyšších dávkách vyvolat průjem, obsahují barvivo, které může dráždit velmi citlivé jedince, hlavně astmatiky a pacienty citlivé na **ASA!**

Pokud pacient udává sníženou chuť k jídlu, pocit špatného trávení doporučujeme **trávicí enzymy**.

Takadiastáza - amyláza vhodná při poruše trávení škrobů, luštěnin, ovoce a zeleniny, je vhodný od tří let, v těhotenství a laktaci.

Dávkování : 3x denně po jídle, dostatečně zapít

Pankreatin - směs enzymů, vhodný hlavně při poruše trávení tuků a bílkovin. Pankreatin se může podávat dětem od 2-3 let (substituci trávicích enzymů u dětí ovšem raději svěříme lékaři), těhotným a kojícím – pozor, **snižuje vstřebávání kyseliny listové**.

Dávkování : 3x denně po jídle, dostatečně zapít, tablety ani tobolky nekousat, event. vysypat pelety z tobolky, spolknout a zapít tekutinou nebo zamíchat do kašovitě stravy.

Pokud pacient udává žlučnickové obtíže, pocit tíhy, špatné trávení, nebo dietní chybu doporučujeme **choleretika**.

Hymekromon – choleretikum s mírným spasmolytickým účinkem na žlučové cesty, pro samoléčbu od 14 let, nepoužívat v I.trimestru a při kojení, II. a III. trimestr krátkodobě a opatrně – lépe konzultovat s lékařem, pro zvážení poměru benefit/risk

Dávkování : 3x denně před/při jídle, dostatečně zapít, při vyšším dávkování hrozí průjem

Fenipentol - choleretikum bez spasmolytického účinku

Pro samoléčbu od 15 let, nevhodný pro děti, těhotné a kojící.

Dávkování : 2-3x denně těsně před jídlem, dostatečně zapít, při vyšším dávkování hrozí průjem

Kurkuma – (**Cholagol®**) - složený přípravek obsahující barviva **kurkumy, silice máty pepřné a eukalyptu, salicylát hořečnatý**.

Pro samoléčbu od 12 let, při horečnatém onemocnění až od 17 let (riziko Reyova syndromu), nevhodný v těhotenství a laktaci, u pacientů s těžkou poruchou ledvin

Dávkování : 5-10 kapek 3x denně půl hodiny před jídlem, časový odstup mezi dávkami minimálně 5 hodin, při vyšším dávkování hrozí průjem.

Fytoterapie

Pokud pacient preferuje čajové směsi můžeme doporučit podle převládajících potíží registrované čaje např. **Stomaran®, The Salvat®, Žaludeční čajová směs®...**

Stomaran® (obsahuje **třezalku** – pozor interakce, **zeměžluč** aj.)

Stomachikum, digestivum, karminativum, mírné spasmolytikum, choleretikum, vhodný při dyspeptických potížích jako je nedostatečná žaludeční sekrece a poruchy trávení, meteorismus, nechutenství, spasmus hladkého svalstva. Pije se 2-3x denně, půl hodiny před jídlem.

The Salvat®

Choroby žlučníku a žlučových cest, působí mírně projímavě, působí proti nadýmání a křečím. Pije se 3x denně, půl hodiny před jídlem.

Žaludeční čajová směs® - (obsahuje **třezalku** – pozor interakce, **pelyněk**)

Lehké gastrointestinální potíže, nechutenství, funkční poruchy žlučníku, působí proti nadýmání, uvolňuje křeče hladkého svalstva, podporuje vylučování žluče. Pije se 3x denně po jídle. Je nevhodný v těhotenství a laktaci

Pozor na složení žaludečních směsí, některé působí spasmolyticky, proti nadýmání a jsou vhodné i při hyperaciditě na zklidnění např. křečí žaludku, ale čaje s obsahem hořčic (**pelyněk, zeměžluč**) se u těchto a u dalších podobných obtíží (gastritis, vředová choroba, pálení žáhy) nesmějí užívat. Tedy pokud pacient udává, že má žaludeční potíže, bez dalších cílených dotazů nelze paušálně doporučit jakýkoliv žaludeční čaj.

Homeopatie

Např. **Gastrocynésine®** – těžkosti v žaludku, pálení žáhy, gastroezofagiální reflux, ospalost po jídle. Užívá se 1-2 tbl. 15 minut před jídlem volně rozpustit v ústech, v případě potřeby opakovat po jídle. Upozornit na časový odstup (1/2 hodiny) kávy, černého čaje a mentholu od užití homeopatie.

POUŽITÁ LITERATURA :

Marek J., et al.: *Farmakoterapie vnitřních nemocí, Grada Avicenum, 1995*

Lüllmann H., et al.: *Farmakologie a toxikologie, Grada Avicenum, 2002*

Švihovec J., Suchopár J., et al.: *Volně prodejné léčiva, Panax, 2000*

Suchopár J., et al.: *Remedia Compendium. Panax, Praha 1999, 3.vydání.*

Mikroverze AISLP, 2005.3

Suchopár J., et al.: *Kompendium lékových interakcí Infopharm 2005*