

28. GAIA: ASALDURA DIGESTIBOAK DITUZTEN GAIXOEN BEHAR DIETETIKOAK

Liseri aparatuaren funtzioa irentsitako elikagaiak gai asimilagarri bihurtzea da.

1.- URDAILAREN PATOLOGIA

1.1.- Hiato hernia

Definizioa: Poltsa supdiafragmatikoa sortzen da, hau da, urdailaren zati bat toraxean sartzen denean

Sintomak: Piroxia eta mina bazkaldu ostean eta gauetan

- Gomendio dietetikoak:
 - Oheratu baino 2-3 ordu lehen, ezer ez jan gabe
 - Urdailaren hustutzea geldotzen duten elikagaiak saihestu (gantzak eta zuntzak)
 - Gasdun edariak saihestu
 - Gainpisua saihestu
 - Oheburukoa igo

1.2.- Urdail Duodeno ultzera

Definizioa: Urdailaren sekrezio azidoak eragindako urdail eta duodeno mukosaren lesioa da

Kasuen % 80arren atzean *Helicobacter Pylori* dago, Barry Marshalek topatutakoa

Sintomak: Urdaileko mina, erremina, gorakoak, anorexia eta pisu galera

- Gomendio dietetikoak:
 - Urdail mukosarentzat narritagarriak diren elikagaiak saihestu: kafea, tea, zitrikoak, espezieak
 - Kantitatea txikitu eta otorduak handitu
 - EZ jan oheratu baino lehen
 - Tabakoa saihestu

2.- HESTE MEHEKO PATOLOGIA

2.1.- Crohn Gaixotasuna

Hesteetako hantura gertatzen da

Gero eta kasu gehiago gertatzen dira eta kasu askotan desnutrizioarekin bat agertzen da

Fase desberdinak daude:

- Fase Akutuan: Nutrizio artifiziala erabiltzen da
- Gutxitze Fasean: Elikagaien sartzea egiten da

Elikagai batzuk saihestu behar dira: zuntza, esnekiak eta gluzido sinpleak

-Kronifikazio Fasean:

- Elikadura arrunta bihurtu
- Zuntza eta gantzak batu

Xurgapen arazoak gertatzen badira, suplementazioa jarri beharko da

2.2.- Gaixotasun zeliakoa

Definizioa: Glutenak eragindako enteropatia da, heste-biloen atrofia gertatzen dena, horregatik xurgapen arazoak ematen dira

Intzidentzia: 1/100

Non dago glutena? Garia, garagarra, aloa (avena), kamut, espelta, zekalea eta tritikale

Dieta orekatua izan behar da, baina noski, gluten gabeko dieta

Kontuz ontziratutako produktuekin, horregatik, etiketak ondo begiratu behar dira.

www.celiacoseuskadi.org

3.- GIBELA

3.1.- Zirrosia

Definizioa: Itzulezina den gibealeko gaixotasun kronikoa

Kasu askotan, alkoholarekin erlazio zuzena dauka

Tratamendua: Gaur egun EZ dago!! Transplantea

- Neurri Dietetikoak:
 - Desnutrizioarekin erlazionatuta: KONTUZ!!
 - Dieta orekatua izan behar da
 - Medikamentuak eta alkohola saihestu
 - Aszitis kasuetan: sodioaren murrizketa gomendatzen da

3.2.- Hepatitisa

Definizioa: Gibelaren hantura da

Etiologia: birusak, bakteriak, toxikoak, sexu-transmisiozko gaixotasunak...

Motak: A,B,C,D,E,F,G

- Neurri Dietetikoak:
 - Alkohola saihestu
 - Medikamentuak saihestu
 - Dieta orekatu eta "garbia"
 - Gantzetan baxua den dieta
 - Desnutrizio kasuetan: suplementazioa