



# **3. DIETOTERAPIA HESTEKO PATOLOGIAN**

---

**3.1. IDORRERIA**

**3.2. BEHERAKOA**

**3.3. DIBERTIKULOSIA ETA DIBERTIKULITISA**

**3.4. KOLITIS ULTZERATIBOA**

**3.5. CHRONEN GAI XOTASUNA**



# 3.1. IDORRERIA

---

- **Fisiopatología:** beste gaixotasun batzuk laguntzen duen seinale klinikoa da.
  - **Def:** sabeluste kopurua edo sabelustearen tamaina jaisten denean edo gorotzaren ur kopurua txikitzen denean gorozki gogorrak sortuz
- **Seinale klinikoak:**
  - Sabeleko mina.
  - Gose galera
  - Mingain latza
  - Buruko mina: gorozkiak hestean denbora gehiago gelditzen direnean sustantzia toxiko gehiago absorbatzen dira.



# 3.1. IDORRERIA

---

- **Etiologia:** hurrengo egoera patologikoak laguntzen agertzen da:
  - Alterazio metabolikoak edo endokrinologikoak. Adibidez hipotiroidismoa, persitalismoa txikitzen delako.
  - Sistema neuromuskularreko alterazioak. Adibidez gutxiegiako inerbazio kolinergikoa digestio hodian.
  - Digestio hodiko patologia anatomikoak. Adibidez tumoreak.
  - Botikak. Adibidez  $\text{Al(OH)}_3$  antiazidoa.
  - Zuntz eta ur gutxiko dietak.
  - Zenbait bizimoduak. Adibidez bizimodu sedentarioak.



## **3.1. IDORRERIA**

---

- **Tratamendu farmakologikoa:**
  - **Laxanteak:**
    - estimulatzaileak,
    - emolienteak,
    - lubrifikatzaileak,
    - osmotikoak, eta abar.



## 3.1. IDORRERIA

---

- **Tratamendu dietetikoak:**
- **Abarretan aberatsa**
- **Zuntza > 25 g/egun**
  - **Zuntz disolbagarriak:** gorotz bolumena ↑, bakterioen ugalketa. Hartziduraren ondorioko azido organiko lurrunkorrek peristaltismoa estimulatzen dute.
  - **Zuntz solugaitzak** gorozkien bolumena ↑ eta zuzenean distentsioak peristaltismoa estimulatuko da. Batzutan gutxika handitu.



## 3.1. IDORRERIA

---

- **Beste gomendio batzuk:**
- Likido kopurua handitzea.
- Elikagai laxanteak kontsumitzea: laranja, pikuak (dihidrofenilxantina daukate eta horrek heste mugikortasuna estimulatzen du), eta abar...
- Elikagai eta edari idorgarriak ekiditea: tea, limoia, eta abar...



## 3.2. BEHERAKOA

---

- **Fisiopatologia:** beste patologia batzuekin batera agertzen den seinale klinikoa da.
  - Sabel-huste kopurua handitzea edo iraizkinek trinkotasuna galtzea dira beherakoaren ezaugarriak.
  - Heste-igaroa azkarregia bihurtzen denez, elikagaiak eta ura egokia absorbitzea eragozten da.



## 3.2. BEHERAKOIA

---

- **Seinale klinikoak:**
  - Heste-infekzioak. Adibidez, *E. Coli*.
  - Intoxikazioak.
  - Elikagaiekiko intolerantziak.
  - Botikak.
  - Estresa.





## 3.2. BEHERAKOA

---

- **Sailkapena:**

- **Beherako osmotikoa:** heste argian presio osmotikoa gehiegizkoa denean gertatzen da; adibidez, intolerantzietan.
- **Beherako jariatzailea:** toxinek (bakterioetatik datozenak eta ez datozenak) heste-epitelioak ura eta elektrolitoak jariatzea estimulatzen dute.
- **Beherako exudatiboa:** heste-mukosaren alterazioekin lotzen da eta, gehienetan, nekrosia dago. Iraizkinetan, odola eta mukusa agertzen da.



## 3.2. BEHERAKOIA

---

- **Tratamendua:**
  - **Tratamendu farmakologikoa:**  
beherakoaren kontrako botikak. Hestemugikortasunaren inhibitzaileak.
  - **Tratamendu dietetikoa**



## 3.2. BEHERAKOA

---

- **Tratamendu dietetikoak: 8 arau edo dietetika-neurriri jarraitzea gomendatzen da**
- 1) Zuntza:
  - zuntz solugaitzaren kantitatea ↓ eta disolbagarriaren kopurua ↑. Adibidez sagar-purea.
- 2) Likidoak: galdutako likidoak eta elektrolitoak berreskuratu behar dira (Na eta P). Zopak, zukuek eta horrelakoek.
  - Batzuetan, esnekiak dietatik kentzen dira laktosarekiko intolerantzia iragankorraren arriskuarengatik.
  - Beherakoa gaintitzen denean, gutxika-gutxika laktosaren absortzioa normalduko da.



## 3.2. BEHERAKOA

---

- 3) Gantzen kopurua zertxobait ↓
- 4) Substantzia narritagarririk (piperrak) eta laxanterik (laranjak) ez hartzea eta substantzia idorgarriak ematea (limoiaren zukua).
- 5) Frijiturik ez hartzea (akroleina).
- 6) Peristaltismoaren estimulatzailerik ez hartzea. Adibidez, kafea, metilxantinaz aberatsa delako; teak metilxantina eduki arren, tanino asko dituenez eta horiek idorgarriak direnez, komenigarria da.
- 7) Otordu handiegirik ez hartu.
- 8) Beherako kronikoen kasuan, bitaminen gehigarriak hartu beharko dira.