

## **Как защитить? Почему печень не болит, но при этом может сильно страдать**

*Смертность от болезней органов пищеварения входит в ТОП-10 среди всех прочих причин в России. При этом смертность от заболеваний печени составляет половину данного показателя.*

Доктор медицинских наук, заслуженный врач РФ, главный внештатный гастроэнтеролог Министерства здравоохранения Свердловской области, заведующая гастроэнтерологическим отделением Свердловской областной клинической больницы № 1 Елена Николаевна Бессонова рассказала, как работает этот орган, каким заболеваниям он подвержен и почему люди порой даже не подозревают о неполадках в его работе.

«Мир столкнулся с увеличением количества смертей от заболеваний печени. И, к сожалению, эта тенденция сохранится и в ближайшие годы. Доказательством тому служат научные исследования. Решением проблемы активно занимаются ученые. И в этой работе есть определенные успехи. Например, были достигнуты положительные результаты в борьбе с вирусными гепатитами. Появились новые эффективные противовирусные препараты и, можно сказать, что Гепатит С на сегодняшний день является абсолютно излечимым заболеванием. В том случае, если пациент вовремя обратился к врачу. Кроме этого, развитие Гепатита В мы можем контролировать при своевременной медикаментозной терапии. Медик может подобрать лекарства, которые позволяют купировать размножение вируса», - рассказала Елена Бессонова.

По словам врача, есть заболевания печени, которые человечество пока не может победить. В частности, это жировой гепатоз - ожирение печени, при котором в клетках (гепатоцитах) накапливается избыточное количество жира. Болезнь сопровождается нарушением функций печени и часто приводит к повреждению ее клеток, возникновению воспалений и других состояний, угрожающих здоровью и жизни человека (например, рак печени или цирроз). Опасность заболевания заключается в бессимптомном течении на ранних стадиях. Нередко пациенты обращаются в больницу уже в запущенных случаях, трудно поддающихся лечению.

Еще одной из опаснейших разновидностей болезней печени являются токсические гепатиты. И причиной их развития может послужить не только алкоголизм, но и чрезмерный прием лекарственных препаратов.

«Если человек принимает три и более разновидностей таблеток, то они уже могут вызывать определённые нарушения в работе печени. Да, есть лекарства, которые мы не можем отменить или уменьшить их дозу – это препараты для лечения сердечно-сосудистых, неврологических, психических, эндокринных заболеваний. Некоторые люди вынуждены принимать их, потому что для них это жизненно необходимо. Но есть другая категория средств - БАДы, пищевые добавки, непроверенные препараты и порошки для поддержания здоровья и т.д., которые бесконтрольно принимаются людьми. Их эффективность не доказана, а взаимодействие с другими медикаментами не изучено. Прием таких препаратов может привести к поражению печени», - отметила Бессонова.

И последствия таких действий могут быть плачевными – это развитие цирроза и рака печени, болезней, которые могут привести к медленной и мучительной смерти.

«Нужно помнить, что печень не дает болевого синдрома. Долгие годы человека может ничего не беспокоить до тех пор, пока болезнь не перешла в свою терминальную стадию. Поэтому порой к врачу пациент приходит уже поздно, когда у него развиваются признаки цирроза печени: желтуха, увеличение в размерах живота, отеки, снижение веса, кожный зуд и т.д. Когда начинают происходить необратимые процессы. Если гепатит вылечить можно, то цирроз – нет. Его можно попытаться остановить, купировать, контролировать, не давая ему развиваться», - предупредила гастроэнтеролог.

А для того, чтобы избежать подобных ситуаций и быть уверенным в том, что печень здорова, необходимо один раз в год сдавать анализ крови. Своевременное обследование поможет выявить патологию на начальной стадии. Также в качестве эффективных профилактических мер, доктор назвала несколько основополагающих факторов:

«Во- первых – это полный отказ от алкоголя. Нужно помнить, что безопасных доз не существует. Во- вторых, одна из самых актуальных проблем во многих странах мира –избыточный вес. Он делает свой вклад в развитие жирового гепатоза и стеатогепатита. Поэтому необходимо следить за своим весом, регулярно заниматься физкультурой, полноценно и правильно питаться. В человеческом организме все взаимосвязанно, и здоровый образ жизни позволяет держать весь организм, и печень, в том числе, в хорошем состоянии».

**Елена Бессонова ответила и на вопрос о пользе гепатопротекторов.**

«К сожалению, нет таких препаратов, которые восстанавливали бы все функции печени. Дело в том, что такие средства содержат аминокислоты, которые уже есть в человеческом организме. Но они не восстанавливают печеночную клетку, если она уже умерла или в ней есть патологические изменения. В таком случае гепатопротекторами ничего не изменить.

Что-то исправить можно только убрав причину заболевания: вирусный гепатит, алкоголизм, токсическое поражение», - сообщила эксперт.

В заключении Елена Бессонова рассказала об еще одной причине, подтверждающей необходимость заботы о печени:

«Печень - удивительный орган. Она обладает потрясающей регенераторной способностью воспроизводить здоровые клетки. Но – это происходит до определенного момента. Есть рубеж, после которого печень перестает восстанавливаться. И никакие усилия не дадут должного эффекта. У всего есть свой предел, этот ресурс не бесконечный. Поэтому так важно следить за здоровьем печени. Вести здоровый образ жизни, поддерживать нормальный вес, полноценно питаться, не злоупотреблять лекарственными препаратами и ежегодно сдавать анализ крови».