

Серия статей, написанных
специалистами в области
болезней печени

Как справляться с побочными явлениями:

Диарея

Люсинда Портер,
Дипломированная Медсестра

Диареей называют жидкий или водянистый стул 3 или более раз в день. Диарея может быть вызвана многими факторами, включая бактериальную или вирусную инфекции, лекарства, некоторые виды пищи и напитков, тревожность, химиотерапию, а также лечение интерфероном и рибавирином.

Диарея может в значительной мере повлиять на состояние и способность больного продолжить лечение, поэтому так важно найти эффективное лечение диареи, как только появятся первые симптомы. Диарея может привести к обезвоживанию организма и дефициту питательных веществ. Качество жизни резко снижается. Сообщите врачу, если Вы испытываете какие-либо из следующих симптомов:

- Тяжёлая диарея, продолжающаяся более двух дней;
- Сильная потеря веса в течение одного дня (2.5 кг или больше);

- Кровь в стуле или в области ануса;
- Неконтолируемая лихорадка, температура выше 40°C, если она держится дольше 24 часов;
- Сильные спазмы в желудке или кишечнике.

Существует много способов контроля диареи. Попробуйте следующие простые приёмы, как только вы почувствовали приближение приступа диареи:

- Пейте прозрачные жидкости, например, воду, слабый чай, бульон (овощной, куриный, говяжий), фруктовое мороженое, желатин;
- Ешьте мягкую пищу часто и небольшими порциями;
- Следите за частотой опорожнения кишечника;
- Ешьте пищу, богатую калием, например, бананы и картофель;
- Избегайте пищи, богатой клетчаткой, например, цельнозернового хлеба и зерновых хлопьев;
- Не ешьте острого, жареного и жирного;
- Не ешьте слишком горячую или слишком холодную пищу;
- Воздержитесь от курения и напитков, содержащих кофеин.

Когда состояние улучшится, начните есть небольшие количества легкоперевариваемых продуктов, например, бананы, рис, яблочное пюре, поджаренный хлеб (так называемая диета BRAT: banana, rice, apple, toast).

Диарея приводит к раздражению области ануса. После опорожнения кишечника обмывайте анальную область теплой водой с мылом или пользуйтесь специальными детскими салфетками. Обязательно просушите область ануса мягкой туалетной бумагой или тканью. Наложите водоотталкивающий крем для уменьшения боли, раздражения и

дискомфорта. Теплая сидячая ванна может облегчить боль и дискомфорт, и помочь расслабиться.

Если Вы испытываете тяжёлую диарею, немедленно сообщите своему врачу. Вам могут посоветовать такие лекарства, как Imodium, и/или выпишут рецептурное средство. Никогда не назначайте себе лекарство самостоятельно. Контроль над диареей является важной составной частью заботы о себе. Вы будете чувствовать себя гораздо лучше и повысите вероятность успешного лечения гепатита С.

Как справляться с побочными явлениями

- Воспаления рта
- Выпадение волос
- Гемолитическая анемия
- Гигиена рта
- Головные боли
- Депрессия
- Депрессия: информация для родственников и друзей
- Диарея
- Кожная реакция в местах инъекций лекарств
- Кожные раздражения
- Нейтропения
- Положительный настрой
- Потеря веса.
- Тошнота
- Тревога, мания и депрессия

Дальнейшую информацию о гепатите С, а также о коинфицировании гепатитами В и С, Вы можете получить на сайте www.hcvadvocate.org.

• Странички фактической информации Проекта Поддержки Больных Гепатитом С •

Исполнительный Директор
и Главный Редактор HCSP
Publications
Алан Францискус

Дизайнер
Пола Фенер

Перевод:
Ирина Гаврилова

Производство
С.Д. Мазофф, PhD

Контактная информация:
Hepatitis C Support Project
PO Box 427037
San Francisco, CA 94142-7037
alanfranciscus@hcvadvocate.org

Сведения, представленные в страничках фактической информации направлены только на то, чтобы помочь Вам лучше понять ВГС, и не имеют целью дать Вам медицинский совет. Всем инфицированным ВГС для диагностики и лечения следует обращаться к врачу.

Информация предоставлена Проектом Поддержки Больных Гепатитом С • некоммерческой организацией по просвещению, защите и поддержке больных с гепатитом С • © 2005 • Перепечатка разрешается поощряется со ссылкой на Проект.