



Стенограмма радиозэфира программы «Город здоровья» от 10.12.2013

**Гуща Артем:** Добрый вечер, дорогие радиослушатели! В эфире программа «Город здоровья». Я ее ведущий Гуща Артем. Сегодня у нас, как обычно, очень интересный гость. Наша программа сегодня посвящена рефлюксной болезни. Не варикозной, а именно рефлюксной. И в гостях у нас Юлия Викторовна Евсютина – врач отделения функциональной диагностики клиники пропедевтики внутренних болезней, гастроэнтерологии и гепатологии. Называется это сейчас УКБ №2, но, в общем-то, это все уголья первого Московского государственного медицинского университета имени Ивана Михайловича Сеченова, который закончила Юлия Викторовна, как выяснилось, и я тоже (правда, несколько раньше, чем она). Я вас приветствую, Юлия Викторовна! Здравствуйте!

**Евсютина Юлия:** Здравствуйте, Артем! Здравствуйте, уважаемые радиослушатели!

**Гуща Артем:** Спасибо, что вы у нас сегодня в эфире. Мы, как обычно, принимаем телефонные звонки с вопросами. Телефон – 995-11-11, код Москвы – 495. Или можно отправлять СМС-сообщения с вопросами на наш портал – 89250000879. 879 – это те волны, на которых можно слушать нашу радиостанцию.

Итак, Юлия, рефлюксная болезнь. У меня есть ощущение, что под этим страшным и редким названием скрывается что-то достаточно, в общем, обыденное для нашего населения, особенно городского. Что такое рефлюксная болезнь? Расскажите, пожалуйста, нам, просветите нас, как часто она бывает у людей.

**Евсютина Юлия:** Да, Артем, действительно, это заболевание можно встретить у многого количества людей, и, по данным последних

Стенограмма радиозэфира программы «Город здоровья» от 10.12.2013

исследований, около 15% населения страдает этой болезнью. И полное ее название – это гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь, ГЭРБ, как пишут многие доктора в диагнозах, и то, что иногда произносят пациенты. Они называют ее не рефлюксная болезнь, а ГЭРБ сокращенно.

**Гуца Артем:** И не могут даже это расшифровать, наверное?

**Евсютина Юлия:** Да, иногда они не могут расшифровать, приходят и говорят: «У меня ГЭРБ. Что мне с этим делать?» И уже врач должен решать, что ему с этим делать. И действительно, очень большое количество пациентов в последнее время особенно стало отмечать симптомы этого заболевания. Это, в первую очередь, изжога. То есть первое, что они нам говорят: «У меня изжога», даже и не думая о том, что у них может быть ГЭРБ или что-то еще другое. И по последним данным 15%, как я уже сказала, населения страдает этим заболеванием.

**Гуца Артем:** Ну, да, друзья мои, мы не будем уподобляться Елене Васильевне Малышевой, идти, так сказать, от самого простого и называть все изжогой, чтобы было всем понятно. Поэтому все-таки будем стараться с Юлей Евсютиной, нашим сегодняшним гостем, описать саму ситуацию с этим заболеванием. И, как выяснилось, вот довольно много – каждый 6-й житель России, можно сказать – страдает...

**Евсютина Юлия:** Да, каждый шестой отмечает эти симптомы.

**Гуца Артем:** А в чем вот это проявление? Это, собственно, изжога – всем известны ощущения. В чем, собственно, патогенез (как не хочется такие наукообразные термины использовать)? В чем причина развития этого заболевания в основном? Ну, или разные причины, видимо, существуют. Каковы из них основные?

**Евсютина Юлия:** Основное – это то, что происходит попадание содержимого желудка в пищевод. Чаще всего забрасывается кислота, так как кислота продуцируется в желудке. И поэтому возникает жжение. То есть у пациента могут возникать жжения за грудиной. У них может быть даже жжение в ротовой полости. Настолько высоко может подниматься содержимое желудка в пищевод, а потом уже в ротовую полость. [00:05:00] Ну, конечно же, это не основной симптом, который пациенты могут нам рассказывать. Может быть и так называемая отрыжка кислым – регургитация. И также у пациентов может быть боль в грудной клетке, которая может иметь не только кардиогенный характер, как мы привыкли считать, что боль в сердце, значит, это ишемическая болезнь сердца или инфаркт. Нет. Часто бывает, что у пациентов и изжога, и боль в грудной клетке. Они обращаются к кардиологам, кардиологи их обследуют, и не могут найти никакую причину. Тогда уже надо обращаться вот с этой проблемой к гастроэнтерологу. То есть боль в грудной клетке – это такой симптом, который бывает при большом количестве заболеваний. И ГЭРБ наш – не исключение совершенно.

**Гуща Артем:** А вот эти ощущения – боль за грудиной и все-таки изжога – для той ситуации, о которой мы сегодня разговариваем, то есть именно для рефлюксной болезни, они характерны после приема пищи, ночью? Когда чаще они возникают?

**Евсютина Юлия:** Чаще всего это, конечно, бывает после приема пищи. И очень многие отмечают ночные симптомы, когда пациент находится в горизонтальном положении, и нет никаких препятствий для того, чтобы содержимое желудка попало в пищевод. И, соответственно, пациенты могут с утра просыпаться, у них может быть такое ощущение, как изжога и чувство жжения кислоты в ротовой полости, и могут быть даже такие симптомы, как

Стенограмма радиозэфира программы «Город здоровья» от 10.12.2013

кашель. То есть сначала попадает содержимое, соответственно, в пищевод, потом в ротовую полость и уже попадает рефлекторно, так как пациент находится в горизонтальном положении, в дыхательные пути. Соответственно, возникает их раздражение, кашель может возникать и такой симптом, как осиплость голоса.

**Гуца Артем:** То есть человек лечит, условно говоря, какой-то бронхит, а у него это все на фоне такой регургитации, то есть затекание содержимого желудка – не самое приятное ощущение. А чем это дело может быть спровоцировано? Я понимаю, что есть какие-то располагающие факторы – характер приема пищи, характер питания, тучность.

**Евсютина Юлия:** Да, есть некоторые противопоставляющие факторы.

**Гуца Артем:** Сколько вы сказали у нас население процент ожиревшие в стране?

**Евсютина Юлия:** 40-50%.

**Гуца Артем:** То есть половина?

**Евсютина Юлия:** Да, это избыточный вес.

**Гуца Артем:** Все мужчины, будем говорить.

**Евсютина Юлия:** Все, кто ведут гиподинамичный образ жизни. А таких у нас большинство: машина, работа, обратно машина, никакой нагрузки, лифты. То есть люди ожиревшие и сидят постоянно – в общем, гиподинамия.

**Гуца Артем:** Это я говорил, меня больше всего потрясает надпись на лифте у меня дома: «Берегите лифт, он сохраняет ваше здоровье!»

Стенограмма радиозэфира программы «Город здоровья» от 10.12.2013

**Евсютина Юлия:** Вот, все наоборот, Артем, на самом деле. Он укорачивает наше здоровье, потому что ожирение приводит не только к рефлюксной болезни, но еще и к большому количеству заболеваний, и к диабету, в том числе.

**Гуща Артем:** Ну и все же, какие факторы риска развития вот этой самой рефлюксной болезни? Ожирение. Что еще?

**Евсютина Юлия:** Ожирение, да. Это так называемая грыжа пищеводного отверстия диафрагмы, пищеводная грыжа, которая может возникать при дисплазии соединительной ткани. То есть соединительная ткань очень тонкая. Это может наследоваться, как пролапс митрального клапана. Чаще это комплекс такой. И вот предрасполагающим фактором является как раз грыжа пищеводного отверстия диафрагмы, когда у нас получается, часть желудка поднимается выше диафрагмы. То есть из брюшной полости попадает в грудную полость, можно сказать. И самое главное, конечно, что к этому предрасполагает, в первую очередь, не только само ожирение, но и переедание, то есть избыточное количество пищи, которое потребляют пациенты. И то, что они носят тяжести. Все это приводит к повышению внутрибрюшного давления и провоцирует образование грыжи как раз.

**Гуща Артем:** А вот любители покушать плотно перед сном. Они... В-первых, зависит это от качества, в смысле от самого характера еды? И еще важно, насколько это связано с теми любителями, которые еще любят и выпить перед сном? Вот эти факторы влияют на развитие рефлюксной болезни?

**Евсютина Юлия:** Да, Артем, влияют. Существует определенный набор продуктов, которые предрасполагают к развитию рефлюксной болезни и к

Стенограмма радиозэфира программы «Город здоровья» от 10.12.2013

открытию сфинктера, вследствие чего происходит попадание, соответственно, кислоты из желудка в пищевод.

**Гуща Артем:** И каковы же они?

**Евсютина Юлия:** Это цитрусовые, это томаты.

**Гуща Артем:** Апельсины не кушаем с помидорами.

**Евсютина Юлия:** Апельсины не кушаем, помидоры, особенно на ночь. Это кофе, который мы все любим и пьем по несколько чашек.

**Гуща Артем:** Это те продукты, которые провоцируют эту вот выработку кислоты, да?

**Евсютина Юлия:** Это те продукты, которые расслабляют сфинктер.

**Гуща Артем:** А!

**Евсютина Юлия:** Это помидоры, как я уже сказала, цитрусовые, алкоголь, кофе и никотин. Лук и чеснок еще.

**Гуща Артем:** Отлично.

**Евсютина Юлия:** То есть салатик с луком, чесноком, помидорками...

**Гуща Артем:** Апельсин с помидором, покурил, выпил – и все, и в постельку.

**Евсютина Юлия:** Да, и в принципе, в постельку. А если еще перед прямо сном поест, то изжога наутро вам обеспечена. А если при этом вы еще и тучный человек...

**Гуща Артем:** Ну, то вообще тогда до утра не доживешь.

**Евсютина Юлия:** Да.

**Гуща Артем:** Ясно. Интересно очень. Скажите, а вот есть мнение (я понимаю, что не все население обладает таким мнением, но все же часто существует мнение), что для того чтобы справиться с раздраженной слизистой, есть смысл принимать крепкий алкоголь. Люди спорят, коньяк или водку. Те, кто любит, соответственно, каждый напиток, то они склоняются к своему. Я бы даже не стал сейчас на рефлюкс сильно напирать, потому что это действительно устойчивое мнение. Насколько прием алкоголя может содействовать – вот вам, как специалисту, вопрос такой – уменьшению воспаления, отечности слизистой желудка или пищевода нижней трети?

**Евсютина Юлия:** Все с точностью до наоборот.

**Гуща Артем:** То есть абсолютно неправильная теория?

**Евсютина Юлия:** Отрицательная взаимосвязь. Это все губящее действие – алкоголь, никотин. Чем, соответственно, выше содержание алкоголя в продукте, тем больше негативное действие на слизистую пищевода и желудка. И, соответственно, люди, которые систематически это употребляют, в вечернее особенно время, себе очень этим вредят. И это вот наши чисто клиенты, клиенты гастроэнтерологов.

**Гуща Артем:** То есть отказать в приеме алкоголя перед сном?

**Евсютина Юлия:** Ну, я не могу сказать, что всем. В разумных дозах. [00:10:00] Мы не можем говорить пациентам, что вообще мы должны отказываться от алкоголя. Но всему должен быть предел. И в ночное время, если у пациентов есть уже какие-то симптомы, которые были до этого, то,

Стенограмма радиозэфира программы «Город здоровья» от 10.12.2013

конечно же, стоит воздержаться от приема алкоголя в больших количествах, тем более на ночь.

**Гуща Артем:** Я понял вас. Друзья мои, у нас Юлия Викторовна Евсютина на прямом эфире. Она специалист по рефлюксной болезни, гастроэнтеролог. Рефлюксная болезнь, как мы говорим, – это недостаточность сфинктера, соединяющего пищевод и желудок. За счет этого содержимое кислого желудка попадает в пищевод. Я правильно в целом охарактеризовал?

**Евсютина Юлия:** В целом, да. Но проблема еще в том, что может попадать не только кислота. Может, допустим, еще желчь забрасываться. Поэтому люди, у которых есть холециститы хронические, у которых есть желчнокаменная болезнь, у которых желчный пузырь не работает нормально, не функционирует, это тоже может приводить к развитию рефлюксной болезни, но уже не кислота будет забрасываться, а, соответственно, желчь.

**Гуща Артем:** Юля, а вот, да, неприятно, изжога, конечно, гадостное ощущение, все ощущали от разной некачественной еды. А в чем мы так... вот программа наша, заглавие немножко страшное, что развитие событий может быть совершенно непредсказуемым и идти очень даже в сторону не функциональных расстройств, а таких даже очень онкологических. В чем тут опасность такого, далеко идущего рефлюкса? Чем может все это закончиться?

**Евсютина Юлия:** Дело в том, что постоянный заброс кислоты, – это постоянный химический ожег слизистой. И это приводит к тому, что у нас эпителий исчезает тот, который должен быть.

**Гуща Артем:** Ну, да. Тот, что выстилает пищевод.



Стенограмма радиозэфира программы «Город здоровья» от 10.12.2013

**Евсютина Юлия:** Да, что выстилает, особенно нижнюю треть пищевода – просто страдает больше всего она. И, соответственно, происходит изменение эпителия. Конечное же, впоследствии это может привести к такому страшному диагнозу – пищевода Барретта, который ставят пациентам. Они могут видеть у себя его в истории болезни, например. А дальше это уже путь к онкологическому заболеванию. Надо сказать, что, конечно, не во всех 100% случаях. Не надо пугаться, дорогие радиослушатели, что, если вам поставили рефлюксную болезнь, то это обязательно приведет к развитию онкологического заболевания. Нет. Но стоит быть настороженным.

**Гуща Артем:** Ну, и, раз уж мы перешли к диагностике, давайте поговорим о ней. Опасности понятны, риски понятны, и, в общем, этиология, как мы говорим, во врачебном мире (то есть причины, вызывающие это заболевание), тоже ясны: алкоголь, табак, жирная пища, беременность, кстати...