

Желтушность кожи, склер глаз и слизистых оболочек — от легкой, едва заметной до выраженной желтухи, повышенная утомляемость, слабость, чувство дискомфорта и боли в правом подреберье — все это симптомы синдрома Жильбера.

По статистике, около 10% европейского населения являются носителями данного синдрома. В их крови всегда повышен уровень непрямого билирубина. В норме после прохождения через печень и кишечник в крови остается малое и безопасное количество билирубина. Но у людей с синдромом Жильбера этот обмен нарушен.

Переход границы

Синдром Жильбера не является болезнью. Это генетическая особенность присутствующая с рождения и излечиться от нее на сегодняшний день невозможно. У людей с синдромом Жильбера имеется дефект гена, который контролирует фермент, выводящий лишний билирубин. Однако первые симптомы проявляются лишь в период полового созревания, когда увеличивается производство билирубина.

«Это врожденный синдром, который может проявиться в разном возрасте, — говорит врач-гастроэнтеролог клиники «Скандинавия» Анна Герасимова. — В связи с интенсивным обменом жирорастворимых гормонов в пубертатном возрасте симптомы заболевания чаще всего развиваются в период полового созревания: белки глаз и кожа приобретают желтоватый оттенок». «Также синдром Жильбера может дать о себе знать после перенесенного вирусного гепатита», — добавляет врач-гастроэнтеролог-гепатолог клиники «Эксперт» Мария Прашнова.

Вещество билирубин имеет желтый цвет и токсично для человеческого организма. Чем выше уровень билирубина в крови, тем больше желтизна кожи и тем хуже



ФОТО: ТАСС

Желтый уровень опасности

Синдром Жильбера — наследственное заболевание, связанное с повышением уровня билирубина в крови, желтухой и другими симптомами.

же чувствует себя человек. При синдроме уровень билирубина не поднимается выше 100 мкмоль/л. При сопутствующих заболеваниях этот показатель может перейти границу 150 мкмоль/л. В таком случае у человека может по-

явиться тошнота, слабость, чувство тяжести в правом подреберье, горечь во рту.

«Людам с синдромом Жильбера нужно следить за составом желчи в желчном пузыре! Потому что ее сгущение на фоне повышенного билируби-

на вполне реальная ситуация. Это состояние влияет и на пищеварение, на микрофлору кишечника, и является предиктором желчнокаменной болезни. Ультразвуковое исследование не имеет отношения к диагнозу, но может выявить сгущение желчи», — предупреждает врач-терапевт клиники семейной медицины «МЕДИ на Невском» Алла Пономарева.

Здоровый режим

Синдром Жильбера может проявиться при определенных обстоятельствах — стресс, психоэмоциональные перенапряжения, диеты с длительным голоданием, перегрев и вирусные заболевания способствуют сильному повышению билирубина.

«Прием таких лекарственных препаратов, как, например, анаболические стероиды, пероральные контрацептивы, циметидин и салицилаты, также может усугубить желтуху», — отмечает Мария Прашнова.

Специалисты настаивают на важности соблюдения правильного режима сна и отдыха, а также питания.

В течение всей жизни стоит придерживаться простой диеты: исключить или минимизировать алкоголь, а также тяжелую для усваивания желудком пищу (очень жирное, жареное, перченое или острое), нужно быть осторожным с кофеиносодержащими напитками.

Есть регулярно небольшими порциями по 4–5 раз в день. Блюда должны быть несложными — большое количество ингредиентов нагружает пищеварение.

ВЕРОНИКА ЛЕКСИНА

news@dp.ru



СКАНДИНАВИЯ
клиника внимательной медицины

МЫ ВАС СЛЫШИМ

avaclinic.ru | тел.: 600-78-17



scandinaviacclinic



avaclinic



scandinaviya

ЛИЦЕНЗИЯ № ЛО-78 01-008941 ОТ 26.06.2018 Г. РЕКЛАМА.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПОЛУЧИТЬ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА