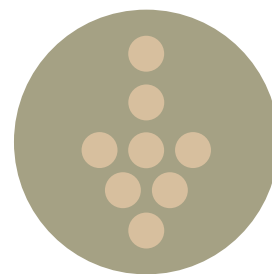


Gastroenterológia a čínska medicína

Problémy tráviaceho traktu zahŕňajú na prvý pohľad veľmi odlišné ochorenia. Dnes si priblížime len tri z nich – celiakiu, zápal pankreasu a vystupovanie žalúdočných štiav do pažeráka. Tieto ochorenia majú odlišné prejavy, ale z pohľadu Tradičnej čínskej medicíny (TČM) podstata ochorenia je rovnaká.

CELIAKIA

sa zaraďuje k autoimunitným ochoreniam tráviaceho traktu, ktoré postihujú tkanivo tenkého čreva, čím sa naruša schopnosť absorbovať výživu z potravy. Hlavné príznaky sú – rozpínanie a bolesť v žalúdku, chronické hnačky, úbytok na váhe, bledá odporne zapáchajúca stolica, nevysvetliteľná anémia, nadúvanie, bolesť kĺbov a kostí, kŕče svalstva, zmeny nálad, slabosť, trpnutie alebo necitlivosť pre periférnu neuropatiu, bledé vriedky v ústach, bolestivá kožná vyrážka (napr. dermatitis herpetiformis), zuby bez farby, oneskorená menštruácia, zástava menštruácie z dôvodu veľkej straty na váhe. Príčina ochorenia podľa TČM je spojená s disharmóniou medzi pečnou a slezinou. Zablockovaná a silná pečeň útočí a oslabuje slezinu. Slezina kontroluje svalstvo a všetky končatiny. Ak je oslabená, naruší sa jej transportná a transformačná funkcia, krv nezvlažuje svalstvo a to



ochabuje. Ak je stolica bledá bez zápachu, je to prejavom prázdnoty sleziny. Ak je stolica bledá, ale s odporným zápachom, z dlhodobého oslabenia sleziny sa hromadí vlhká horúčosť. Základnou liečbou je glutéinová diéta. Hlavnou potravinou je mala byť ryža. Treba obmedziť aj studené chladné potraviny, ako čerstvé ovocie a zelenina, morské plody a ryby, chladené či mrazené nápoje a iné výrobky. TČM liečba nenahrádza diétu, ale samotné príznaky ochorenia zmiernuje a tým, že dopĺňa slezinu, obdobie glutéinovej diéty skrakuje.

PANKREATITÍDA

je zápalové ochorenie pankreasu. Jeho najčastejšou príčinou podľa západnej medicíny je alkoholizmus. Hlavným prejavom je bolesť v epigastriu, často vystrelujúca priamo do chrbta. Bolesť prichádza náhle a je silná. Nemení sa tlakom, zhoršuje ju kašeľ, hlboké dýchanie alebo prudký pohyb. Často sa pridružuje nauzea, vracanie. Najčastejšou príčinou je prejedanie sa, masťné, sladké jedlá, veľa alkoholu. To narušuje funkcie žalúdka a sleziny, čo vedie k stagnácii a akumulácii stravy. Inou príčinou môže byť aj obštrukcia ciev parazitmi. Mechanizmus ochorenia opisuje TČM takto. Nenaplnené túžby, frustrácia, hnev poškodzuje pečeň, trápenie a sužovanie zasa poškodzuje slezinu. Ak je pečeň zablockovaná emóciami, jej pretlak smeruje na slezinu a narušuje jej funkciu vzostupno-klesavého pohybu. Teda živiny sa nerozptyľujú po tele a odpadové látky nie sú odvádzané riadne

stolicou preč, dochádza k hnačkám a úbytku váhy. Alkohol je v ponímaní TČM oheň v čistej forme a stagnujúca strava sa takisto časom zmení na horúčosť, ktorá sa zauzlie s vlhkosťou z oslabenia sleziny. Takže vidíme jednoznačne prejav zápalu. Ale stretávame sa aj s iným mechanizmom patogenézy, ako je zápalový proces. Dlhodobým jedením chladnej stravy takisto môže dôjsť k oslabeniu funkcie sleziny, bolestiam v žalúdku a príznakom podobným pankreatitíde. Tento stav je pre západnú medicínu nepochopiteľný, keďže zápal nevidieť. Preto je dôležité všimnúť si sprievodné príznaky ochorenia, hlavne po akej strave k záchvatom bolestí dochádza. Ak je to po prejedaní, po masťnej alebo sladkej strave, po alkohole, je to zápal pankreasu a určite bude aj stolica zapáchajúca. Ak bolesť prichádza po studenej strave, čerstvom ovocí alebo zelenine, po mrazenom alebo ľadovom nápoji, tak bolesť je z chladu, ktorý napadol žalúdok a slezinu. Funkcia trávenia sa oslabila znížením produkcie tráviacich enzýmov pankreasu. Bolesť, nauzea či vracanie sú podobné, ale tu určite bude stolica bez zápachu a pocit chladu v tele alebo končatinách. Dôležité je odstrániť alebo znížiť stres a nepríjemné emócie zo života, starať sa o svoj žalúdok, a tým aj o slezinu dobrou vyváženou stravou. Ak je už slezina veľmi oslabená, existujú akupunkčné body, a samozrejme, bylenné receptúry dopĺňajúce slezinu. Bez patričnej diéty sa to však ani v tomto prípade nezaobíde.

REFLUX PAŽERÁKA

je zápalové ochorenie gastroezofágálneho traktu, ktoré zapríčiňuje spätný tok obsahu žalúdka do pažeráka. Hlavným prejavom je pocit horúčosti na srdci, s regurgitáciou kyselín žalúdka do pažeráka alebo do hrdla alebo bez nej, kyslé grganie, horká chuť v ústach, môžu byť suché ústa bez potreby piť (jazyk je bledý) alebo s potrebou napíť sa (jazyk je červený). Môže sa pridružiť bo-

lesť a krvácanie. V závažných prípadoch dochádza k poškodeniu stien pažeráka. Pri refluxe žlče do úst je vždy prítomná vlhkosť alebo stiesnená horúčosť. Závisí od konštitúcie pacienta, veku, životného štýlu, ktorý patogén sa viac prejaví. Či je to chlad, vlhko, stagnácia potravy, prázdnota jinu, krvné zrazeniny alebo iné.

Teda stiesnená qi pečene útočí na slezinu – žalúdok. Vzostupno-klesavá funkcia dvojice orgánov sa oslabí, tým aj celkové trávenie. Qi žalúdka sa môže obrátiť do protismere a tlačí žalúdočné šťavy nahor až do hrdla. Slabá slezina nie je schopná transformovať telesné tekutiny a dochádza k akumulácii vlhkosti, ktorá sa časom mení na vlhkú horúčosť. Dostavuje sa pocit tlaku a rozpínanie. Stagnujúca qi spôsobuje aj stagnáciu krvi, čím sa slezina ešte viac oslabuje. Stagnáciu qi spôsobuje opäť len stres, nenaplnené túžby, frustrácia, hnev. Preto sa s touto chorobou stretávame najčastejšie u ľudí v strednom veku, ktorí sú pod permanentným tlakom.

Opísali sme tri rôzne ochorenia tráviaceho traktu a všade sme našli tú istú príčinu, ten istý vývoj patogenézy a to: „Drevo pečene útočí na zem sleziny.“

Za prapríčinu všetkých gastroenterologických ochorení môžeme označiť nezvládnutie emócií – stresu a nepravidelnú, nevyváženú stravu. Aké jednoduché na prvý pohľad, ale aké zložité je dodržať také jednoduché životné pravidlo.

Základom dobrého zdravia a dlhého života je striedmosť a zotrúvanie v rovnovážnom stave. Každé náhle vychýlenie z neho má dlhú zotrúvanosť a opätovná rovnováha sa ťažko nadobúda.