|  |  |
| --- | --- |
|   **РИКТА** **Тел. (продажа, технические консультации)** | **8-800-511-36-88, +7 (926) 175-98-99** |

Запор (констипация) - это нарушение функции кишечника, при котором в течение двух и более дней отсутствует стул. Запором считается и ситуация, когда опорожнение вызывает трудности: тяжесть в животе, малые порции стула, а сам акт дефекации требует повышенных усилий и сопряжён с сильным напряжением мышц.

Хронический запор может привести к ненормальному изменению микрофлоры кишечника, хроническому колиту и интоксикации организма.

**ПРИЧИНЫ ЗАПОРОВ**

Запоры бывают ситуативные и хронические.

Ситуативные запоры могут возникать во время путешествий (так называемые «запоры туриста»), при недостаточном употреблении жидкости, при употреблении затрудняющих работу кишечника продуктов, при стрессах и эмоциональных потрясениях. Также ситуативные запоры могут быть побочным эффектом приема лекарственных препаратов. Этот вид запоров не считается заболеванием и легко преодолевается при помощи обычных слабительных средств.

Хронический запор диагностируется, когда у пациента наблюдаются все или большинство симптомов: метеоризм, боли при дефекации, распирающие ощущения в животе, чувство неполного опорожнения после посещения туалета, отсутствие (проблемы) со стулом в течение 48 часов.

К причинам запора кишечника относят:

- несбалансированный рацион;
- недостаточное количество потребляемой жидкости;
- неактивный, сидячий образ жизни;
- частые переезды и путешествия;
- регулярные стрессы на работе и дома.

**ЗАПОР У РЕБЁНКА**

У детей первого года жизни сильные запоры возникают как реакция на новые продукты, как следствие обезвоживания или приема лекарственных препаратов.

К запорам приводит и нарушения проходимости кишечника. Они возникают как врождённые аномалии (для лечения порою необходимо хирургическое вмешательство), так и вследствие внешних факторов.

Психологические проблемы также влияют на стул ребёнка. Хронические запоры часто возникают в периоды, когда ребёнка приучают к горшку или он начинает посещать детский сад (школу).

Запор у маленьких детей определяется по форме кала (в виде маленьких шариков), по крови в каловых массах, на туалетной бумаге и нижнем белье, по сильному напряжению ребёнка во время акта дефекации.

**ЗАПОР У ВЗРОСЛЫХ**

Кроме «стандартного» перечня причин запоров, выделяют и специфические причины. Заболевание проявляется как следствие других диагнозов: сахарного диабета, гипотиреоза, ожирения, кишечной непроходимости, церебрального паралича. Возникают запоры после злоупотреблений лекарственными препаратами.

Большая часть нарушений стула у взрослых относится к стадии компенсированного запора, который лечится самостоятельно и практически не требует обращения к специалисту.

Особенно подвержены запорам люди старше 60 лет. Часто в случае запора у пожилых имеют место стадии субкомпенсированного или декомпенсированного запора, которые требуют обследования и специального курса лечения.

**ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ЗАПОРЕ**

Принятие слабительных средств – не единственный способ борьбы с запорами.

Устранению проблем с дефекацией помогают:

- увеличение количества продуктов с высоким содержанием клетчатки и уменьшения жирной белковой пищи;
- избегание стрессов и негативных эмоциональных всплесков;
- чёткий распорядок дня (в том числе и режим опорожнения кишечника):
- физические нагрузки и подвижный образ жизни;
- консультация врача, который поможет точно диагностировать причину запоров и составить подходящий курс лечения.

**ЛАЗЕРНАЯ ТЕРАПИЯ ПРИ ЗАПОРЕ**

До начала лечения необходимо проанализировать характер питания пациента, постараться логически представить патогенез развития болезни, провести обследование.

Существует ряд заболеваний, таких как болезнь Гиршпрунга, дивертикулёз и полипоз толстой кишки, мегаколон, долихо-сигма, опухоли толстой кишки и т.п., в комплексном лечении которых решение о применении лазерной терапии должно приниматься только специалистом. В любом случае необходима убеждённость в достоверности диагноза.

По показаниям производится воздействие на триггерные зоны кишечника.





Рекомендуется 15 сеансов на курс по 1 процедуре ежедневно или через день.

По необходимости повторение через 1 месяц. Всего рекомендуется до 4-6 курсов в год.