

Від нашого стола — до вашого

Вечеря чекала на нас — столи, накриті з грузинською щедрістю. Сир, помідори, зелень, лаваш, м'ясо. Все таке свіже, смачне, із запаморочливим запахом. Домашнє грузинське вино лилось рікою. Нові страви приносили і приносили, і не було сили відмовитися скуштувати хоча б одну. Щасливий той, хто знає міру



КРАЩЕ НЕДОЇСТИ, АНІЖ ПЕРЕЇСТИ

Чому систематичне переїдання небезпечно для нашого здоров'я? Тому що при цьому порушується робота майже всіх систем і органів людського організму. Пригадайте свої відчуття після надмірного застілля. Переповнений шлунок, здутий живіт, важка голова і абсолютна відсутність бажання рухатися взагалі. Наслідки переїдання (як миттєві, так і віддалені) настільки критичні, що лікарі не втомлюються нагадувати: не катуйте себе їжею! І вони, безперечно, мають рацію.

Усім відомо, що об'єм шлунка в нормальному стані приблизно дорівнює об'єму двох стулених докупі долонь. То як же в ньому вміщується така неймовірно велика кількість наїдків? Пояснення просте: шлункові складки під тиском їжі розгладжуються, а сам шлунок розтягується.

Розмір шлунка кожної людини залежить від генетики і її вроджених особливостей. При цьому в огрядних людей інколи навіть менший об'єм шлунка, ніж у худих. Але через постійне переїдання він у них занадто розтягується і вже не може повернутися до нормальних розмірів. Для досягнення відчуття ситості їм доводиться їсти все більше і більше. Усі ці чинники в цілому й призводять до стійкого збільшення маси тіла.

До основних причин порушення правил харчування належить споживання великої кількості рідини під час їди; великі порції; занадто частий прийом їжі; переїдання; затримування і нетравлення їжі в шлунку. До слова, час, який їжа проводить у шлунку, безпосередньо залежить від розміру порції і складу продуктів. Повільне і



ретельне пережовування дає можливість їжі швидше перетравлюватися і надовго там не затримуватися.

СТРЕС ДЛЯ ПІДШЛУНКОВОЇ

Окрім зайвої маси тіла, переїдання загрожує кардинальним порушенням роботи одного з головних органів системи травлення — підшлункової залози. Вона виробляє ферменти, які допомагають розщеплювати білки, жири і вуглеводи, а також гормон інсулін, що знижує концентрацію глюкози в крові.

Згубна дієта вважається стартовим фактором для розвитку хронічного панкреатиту — прогресуючого захворювання, при якому нормальна тканина підшлункової залози поступово заміщується сполучною.

ЗАВЖДИ ГОТОВИЙ ДОПОМОГТИ МЕЗИМ

При переїданні травна система практично кожної людини потребує допомоги.

Мезим форте 10 000 — сучасний ферментний препарат, який покращує травлення. Його діючу речовину (панкреатин) одержують із підшлункової залози свиней. Ферменти, що входять до складу панкреатину, беруть участь у розщепленні жирів, білків і вуглеводів. Зокрема, ліпаза розщеплює жири до гліцерину і жирних кислот, трипсин — білки до амінокислот, амілаза — крохмаль до олігосахаридів. Взаємодіючи, активні речовини препарату ефективно усувають симптоми порушення травлення, насамперед біль і дискомфорт у шлунку, та зменшують навантаження на підшлункову залозу.

При больовій формі хронічного панкреатиту (20% випадків), коли ферментів в організмі виробляється недостатньо, порушуються перетравлювання їжі (мальдигестія) і всмоктування поживних речовин (мальабсорбція). Мезим форте 10 000 ефективно усуває біль, компенсує екзокринну недостатність і створює так званий функціональний спокій для підшлункової залози. При комплексному лікуванні загострення хронічного панкреатиту із застосуванням цього лікарського засобу досягається ранній та стійкий терапевтичний ефект.

Варто відзначити сучасну форму препарату Мезим. Оболонка, що вкриває таблетки, не розчиняється під дією шлункового соку та захищає ферменти від інактивації ним. Розчинення оболонки і вивільнення ферментів відбуваються лише під дією нейтрального або злегка лужного середовища тонкого кишечника. Максимальна ферментативна активність препарату відзначається через 30–45 хв після перорального прийому.

Мезим форте 10 000 містить збільшену кількість ферментів, тож разовий прийом для хворого становить не 2–3 таблетки, як це було раніше, а 1–2. Чим більше ферментів, тим краще травлення.