

ЗАСТОСУВАННЯ ШРОТУ НАСІННЯ ЛЬОНУ ПРИ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ ТРАВНОЇ СИСТЕМИ

©Т. О. Воронцова, Л. А. Волянська, І. В. Кубей, У. М. Мудрик, В. В. Стеценко

ДВНЗ «Тернопільський державний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України»

Вступ. Згідно зі стандартами медичної допомоги, мета лікування функціональних запорів і синдрому подразненого кишечника – купірування больового і диспепсичного синдромів, ліквідація порушень моторно-евакуаційної функції кишечника і корекція психовегетативних розладів. При цьому в лікуванні СПК, переважно з запором, рекомендуються препарати, які збільшують об'єм калових мас і полегшують дефекацію, пребіотики, легкі жовчогінні препарати.

Мета дослідження – вивчення результатів включення в комплекс лікування дітей з вищевказаними проблемами кишечника шроту льону.

У насінні льону містяться сполуки, які мають специфічну біологічну дію і функціональні властивості. Насіння льону містить значну частину жиру (35–45 %), який характеризується високим рівнем поліненасичених жирних кислот (ПНЖК) сімейства омега-3, з яких 9–10 % складають пальмітинова і стеаринова, близько 20 % мононенасичених жирних кислот (в основному олеїнова кислота) і більше 70 % альфа-ліноленової кислоти. Вміст харчових волокон досягає 28 % від маси цільного насіння при співвідношенні розчинних (у вигляді слизу) і нерозчинних фракцій від 20:80 до 40:60. Лляний слиз, огортаючи стінки шлунка, заспокоює слизову і сприяє загоєнню ерозій і зменшенню запальних процесів. Цей же слиз має властивість прискорювати просування їжі і калових мас. Тому шрот льону належить до м'яких проносних засобів. Набухаючи в шлунково-кишковому тракті, харчові волокна підсилюють перистальтику і сприяють швидкому просуванню і спорожненню кишкового вмісту, мають сорбційні, антиоксидантні властивості, покращують відтік жовчі, відновлюють вітамінний і мінеральний баланс організму, нормалізують флору кишечника. У насінні льону багатий склад макро- і мікроелементів (калій, кальцій, магній, залізо, марганець, мідь, цинк, хром, алюміній, нікель, йод, бор). Жири лляного насіння мають послаблювальну і

жовчогінну дію. Поєднання цих факторів – збільшення жовчовиділення, прискорення пересування харчової маси – створює оптимальні умови для поліпшення роботи кишечника. Слиз м'яко механічно подразнює кишечник, особливо товстий. При атонічних запорах внаслідок цього підвищується тонус кишки. При спастичних запорах за рахунок слизу зменшується подразнення кишківим вмістом стінки кишки і її тонус знижується.

Методологія і результати досліджень. Використовували шрот льону в комплексному лікуванні функціональних запорів у дозі 1 ч. л. на 50–100 мл рідини (води, компоту, кефіру, соку) 2–3 рази на день. У дітей дозу зменшували відповідно до формули перерахунку дорослої дози на дитячу. Тривалість курсу – від 2 до 3 тижнів, з повторним призначенням через 1 місяць. На фоні лікування досягнення ефекту було вже на другому тижні лікування і зберігалось при скасуванні медикаментозних препаратів. При наявності больового синдрому біль зменшувався без призначення спазмолітиків. Повторне застосування шроту льону вже як самостійного лікування підтримувало отриманий результат. Необхідно зазначити, що застосування шроту знімає поліпрагмазію в лікуванні запорів, оскільки прийом шроту разом з рідиною сприймається дітьми як їжа, а не ліки. Крім того, економічний аспект також буде позитивним моментом в лікуванні дітей з запорами, адже шрот льону за ціною виграє на тлі інших проносних.

Висновки. Включення шроту насіння льону в комплексну терапію функціональних запорів у дітей сприяє нормалізації випорожнень і підвищує ефективність лікування.

Перспективи подальших досліджень. Для поліпшення ефективності лікування функціональних розладів шлунково-кишкового тракту у дітей до комплексного лікування рекомендовано приєднувати шрот насіння льону, який має різноманітні біологічні та функціональні властивості.