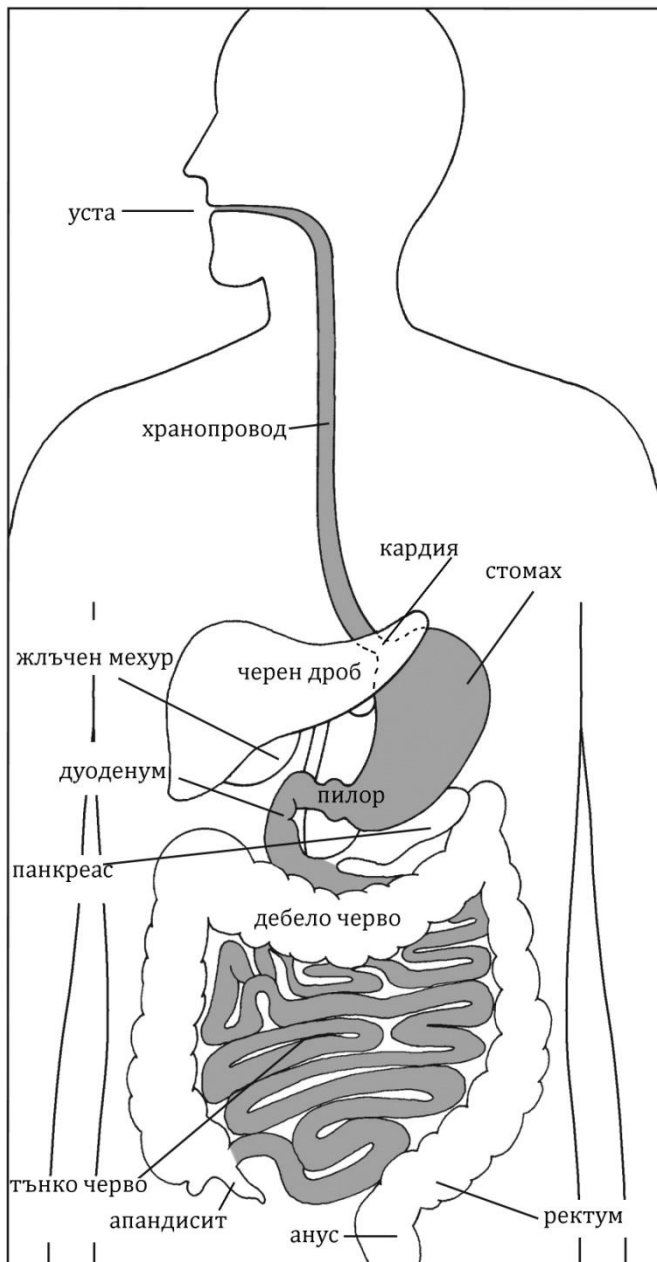


# След хирургична операция за лечение на ГИСТ (гастроинтестинален стромален тумор)

от пациента за пациента



*Сдружение на пациентите с ГИСТ в България*



**И**нформация за здравословното хранене можем да открием навсякъде – медии, интернет, книги и брошури. Информация обаче, за нас, хората с ГИСТ, претърпели хирургична операция на стомах или черва – почти няма. Затова е тази брошура – в нея е събран опитът на пациентите с ГИСТ претърпели такива операции. Съветите тук обаче, не са подходящи за тези хора претърпели обширни операции в случаите когато болестта вече се е разпространила към други органи.

### Как работи здравата храносмилателна система

**З**а да разберем по-лесно как тези операции засягат нашето тяло, ще кажем първо с няколко думи как работи здравата храносмилателна система (*гастроинтестинален тракт* или ГИТ).

Храносмилателната система можем да оприличим на една дълга и куха тръба, с различна ширина, която започва от устата и свършва с ануса. Нейната задача е да преработи храната, която поглъщаме – с помощта на соковете, които се произвеждат в нея, тя се разгражда до веществата от които нашето тяло се нуждае за да живеем. С нейна помощ тези полезни компоненти навлизат в кръвообращението за да достигнат до всяка клетка в организма и накрая, чрез нея се изхвърлят несмилаемите и ненужни съставки, които сме поели.

Тръбата на която оприличихме храносмилателната система се разделя на няколко част и всяка от тях взема участие в този сложен процес на преработка. Всичко започва още със съдъвкването на храната в устата. Когато я гълтаме, тя минава надолу през хранопровода (*езофагус*) и достига до един кръгъл мускул (*сфинктер*) наричан *кардия*. През него храната преминава в стомаха. Там престоява няколко часа в които се преработва с помощта на стомашните сокове. Те са съставени от *ензими* и *киселини*, секретирани от клетките на стомашната стена.

*Ензимите са вещества, които имат свойството да разграждат големите молекули на по-малки. Напр. с тяхна помощ, големите неразтворими молекули на въглехидратите се разграждат до по-малките и разтворими молекули на захарите. Всеки ензим, може да въздейства само на един вид храна.*

На помощ на стомашните сокове, при смилането на храната идва и чисто механичното въздействие на мускулите на стомашната стена – чрез движенията им, тя се превръща в хомогенна смес с консистенция на гъста супа.

На дъното на стомаха се намира друг кръгъл мускул наречен *пилор*. Когато той е отпуснат, малко количество от частично преработената храна преминава в тънкото черво. Там всъщност приключва процесът на храносмилане – по специално оформени канали, от жлъчния мехур и панкреаса в началната част на тънкото черво, наречена дванадесетопръстник (*дуоденум*) навлизат ензимни сокове и се смесват с ензимите, които самото черво секретира. Именно те разграждат храната до толкова малки молекули, които да могат да преминат през стените на червото в кръвообращението и до тези, които ще се изхвърлят от организма. Хранителните вещества са предимно захари, аминокиселини, мазнини, минерали и витамини, а тези, които продължават пътя си по тази своеобразна тръба са предимно фибри, примесени с вода. Усвояването на полезните вещества се извършва в най-крайната част от тънкото черво, наречена *илеум*, след което фибрите и водата преминават в дебелото черво (*колон*). Там се абсорбира необходимото на организма количество вода, а ненужното съдържимо на храната продължава пътя си към *ректума* и се изхвърля през *ануса*.

### Какво може да се промени след операцията

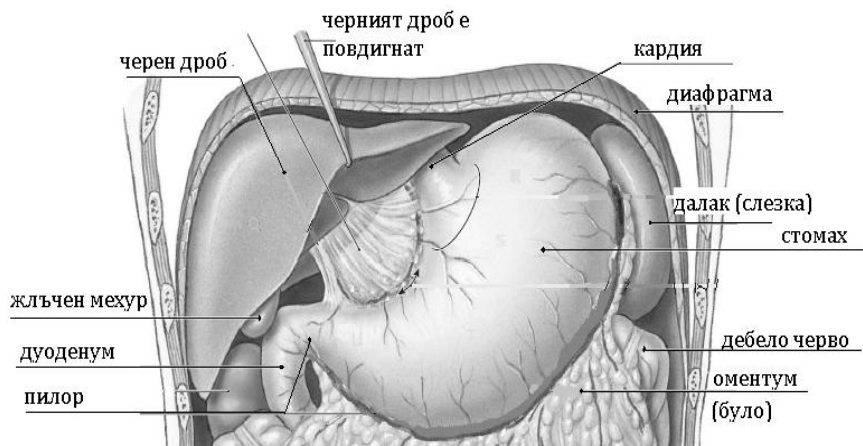
**П**реди всичко, трябва да знаете, че при всеки пациент, нещата са различни – организмът ни реагира различно, поведението на ГИСТ е различно, операциите протичат по

различен начин...Това означава, че не всичко, което ще прочетете тук, ще важи и за вас.

При една операция за отстраняване на ГИСТ, могат да бъдат засегнати различни органи – всичко зависи от кой точно орган туморът е започнал развитието си.

Когато ГИСТ е засегнал стомаха, това означава, че заедно с тумора, ще бъде отстранена и част от него. Може дори да се наложи цялостното му премахване. На практика, ГИСТ може да засегне всеки един от органите на храносмилателната система и това означава, че при операцията, този орган ще бъде малко или много засегнат. мембранна ципа

На схемата по-долу, виждате как отпред червата са покрити с една мембранна ципа наречена *оментум (було)* , който също може да бъде засегнат при операция за лечение на ГИСТ. В някои случаи, заедно с тумора, се отстранява изцяло или частично и друг орган, напр. *слезката*. Това се налага защото най-важната цел на специалистите при тези операции е да се отстранят всички туморни клетки и рискът от повторно завръщане на болестта (*рецидив*) да бъде сведен до минимум.



## След операцията

Опитът показва, че операциите при които заедно с тумора се налага отстраняването на част от хранопровода или стомаха, обикновено имат по-тежък възстановителен период в сравнение с операциите които са свързани с резекция на част от тънкото черво или ректума. Не става дума разбира се за тези операции, които завършват с поставянето на колостома и свързани с доста затруднения за пациента. Те обаче са от друго естество и не са предмет на тази брошура.

Непосредствено след операцията лекарите няма да ви разрешават да приемате нито течности, нито храна. Когато се уверят, че се възстановявате добре, постепенно ще започне и храненето – първо с вода, после бистри течности, след време редки каши, леки супи и бульони докато един ден не започнете да поемате и потвърда диетична храна.

### След операция на червата:

Връщането към нормален хранителен режим след операции на червата започва постепенно, след възстановяването на проходимостта им. За да се избегнат спазмите на коремните мускули, може да ви бъде предписано някакво леко слабително. Първоначално, диетата ще бъде съвсем лека – редки каши и намазни супи, а след няколко дни и потвърда храна, но без фибри. Така или иначе, след време ще можете да се върнете към нормалната си диета.

### След операция на стомаха:

След отстраняване на част от стомаха (*частична гастректомия*), по отношение на храната, първите дни по нищо не се различават от тези на пациентите с операции на червата. Понякога обаче, в зависимост от това каква и коя част е отстранена и още повече от това дали не се е наложило да бъде засегнат някой *нерв*,

следващият етап на възстановяване е по-труден и отнема повече време.

Обикновено, след такива операции, поради изрязване на част от стомашната стена стомахът вече е с по-малък обем и не може да поема обичайното количество храна. В тези случаи, решение се намира в по-малките порции, но приемани по-начесто – шест и повече пъти. Добре е да се храните с по-суха храна – ако пиете течности докато се храните, те бързо ще запълнят и без това малкия обем на стомаха и няма да остане място за храната. Често се чуват съвети да не се пие вода час преди хранене, но когато хапвате 6 пъти дневно, няма как да изпълните този съвет. Така или иначе, трябва да намерите своя баланс и да приемате както достатъчно количество храна, така и достатъчно вода. Пробвайте различни схеми, ако трябва, непрекъснато редувайте малки закуски с глътка вода, но приемът на достатъчно калории е много важен за възстановяването ви.

Ако сте загубили голяма част или целия стомах, то тогава може да ви е по-трудно да запазите теглото си. Отслабването в първите две седмици след операцията е нормално, но след този период, трябва да се стабилизирате и дори постепенно да започнете да си възвръщате килограмите. Пациенти споделят, че непрекъснато са си похапвали малки парченца шоколад, бисквити и други високо калорични храни – вие сами трябва да откриете какво ще ви помогне да запазите теглото си. Важното е да не се отказвате! Ако стомахът ви е много неспокоен, пробвайте с ментови капки - има ги в аптеките и дрогериите. Някои пациенти казват, че разтвор от няколко капки с малко вода носи бързо облекчение.

Други пациенти споделят, че след операцията храносмилателната им система не преработва правилно храната – забелязва се несмляна храна в изпражненията, често те са светли и остават на повърхността в тоалетната – знак, че съдържат неусвоени мазнини. Друг симптом, че нещо не е като трябва, е когато въпреки достатъчния прием на храна, продължавате да

губите тегло. Мускулите и нервите на храносмилателната система може би не работят както трябва или по някаква причина стомахът, панкреасът и тънкото черво не произвеждат достатъчно ензими. В тези случаи, добра идея е да се консултирате с лекар – той може да ви предпише ензими под формата на таблетки или капсули и така да преодолеете този проблем.

Неправилното усвояване на храната, може да доведе до дефицит на някои витамини и минерали, а загубата на кръв по време на операция може да е причина за анемия. Посъветвайте се с лекар – има различни мултивитаминови и минерални препарати. Той ще ви насочи кои са най-подходящите за вас. За анемията е добре да ядете яйца и червено месо, а когато това не помага, лекарят ще ви назначи прием на желязо.

### След отстраняване на слезката:

Слезката (*далакът*) е част от имунната система в организма – помага ни да се справим с бактериалните инфекции. Когато се наложи този орган да бъде отстранен, ние не само по-лесно се разболяваме, но и по-трудно оздравяваме. Затова, когато не сме добре, личният лекар ще ни изписва антибиотици много по-често отколкото преди операцията. Друг начин да се защитим е да се ваксинираме. Трябва да знаете, че ако се лекувате с *иматиниб* или *сунитиниб*, не бива да си поставяте живи ваксини.

### Някои по-специфични проблеми

#### Скоро след операцията:

1. **Загуба на апетит** – това се случва много често след операция на стомаха, но за щастие преминава бързо. При някои пациенти обаче, причина за липсата на апетит е прекъсването по време на операцията на този нерв (наречен *блуждаещ нерв* или *вагус*), който създава усещането за глад.



**2. Усещане за ситост след прием на съвсем малко храна** – в тези случаи причината също може да бъде нараняването на този нерв, но може да бъде и по-малкият обем на стомаха. С времето той ще се разшири и нещата ще се подобрят.

**3. Диария** – това оплакване е много често през първите 10-тина дни след операцията, а когато и след това не отшуми, по всяка вероятност причината отново е в прекъсването на *блуждаещия нерв*. Пристъпите на диария настъпват много неочаквано и са много неприятни. Не се повлияват от промяна в диетата, но обикновено с времето нещата се нормализират. Посъветвайте се с лекар – той може да ви предпише лоперамид или кодеин.

**4. Сутрешно повръщане** – някои пациенти се оплакват, че се будят с болки в стомаха последвани от повръщане. Понеже още нищо не са яли, повръщат само вода примесена с жлъчни сокове. Ако при операцията е отстранен онзи кръгъл мускул наречен *кардия*, няма какво да попречи на соковете събиращи се цяла нощ в стомаха да се придвижват нагоре по хранопровода и това може да е причина за сутрешните неразположения. Те обаче се повлияват от лекарства против повръщане, затова е добре да се консултирате с лекар. Научете се да спите на много висока възглавница и дръжте няколко бисквити до възглавницата за да си хапнете веднага щом се събудите. Ако нищо не помага, в краен случай може да се обсъди хирургична намеса.

**5. Стомашни киселини** – причината отново е в премахването на *кардията*. Няма какво да попречи на стомашните сокове и дори на храната да се качва по хранопровода. Това е много неприятно усещане и може да повреди лигавицата на хранопровода. Може да си помогнете, като не ставате от масата веднага след хранене и започнете да спите на много висока възглавница. Поговорете и с личния лекар или с онколога – има лекарства, които намаляват производството на стомашни сокове.

Още по-трудно ще ви бъде да се справите с този проблем, ако ви е отстранен хранопровода.

**6. Дъмпинг синдром тип 1** – този проблем е причинен от загубата на *пилорния сфинктер* – този мускул, който позволява на храната да премине от стомаха към тънкото черво в съвсем малки количества. Когато него го няма, тя преминава наведнъж и понеже то не е създадено за да се справя по този начин с храната, настъпва т.нар. *Дъмпинг синдром тип 1*. Може да усетите силен коремен спазъм с пристъп на диария, да почувствате слабост, замаяност, да ви се повръща. Всъщност, причината е рязкото спадане на кръвното налягане.

Когато усетите тези симптоми, трябва да полегнете, да пиете вода и да изчакате докато се почувствате по-добре. Това може да отнеме около 30 мин.

Пациенти разказват, че получават тези пристъпи след консумация на определени храни – при някои причината е пресния хляб, при други сладките неща или някоя подправка. Други казват, че при тях този проблем се явява непосредствено след обяда или вечерята, а след другите хранения нямат пристъпи. Всичко това означава, че вие сами трябва да изследвате организма си и да откриете какво стимулира отключването на този синдром при вас.

Хубавото е, че това неразположение не се случва много често и с времето обикновено отшумява.

**7. Дъмпинг синдром тип 2** – докато симптомите на *тип 1* се усещат непосредствено след хранене, то *тип 2* настъпва 1 до 3 часа след това. Смята се, че внезапното навлизане в тънкото черво на храната, която обикновено съдържа захари, води до рязко покачване на хормона инсулин в кръвта. Това от своя страна води до рязко спадане на кръвната захар и вие може да почувствате замаяност, да ви стане толкова зле, че да изгубите чувство за ориентация. Може дори за кратко да изгубите съзнание. Сложете нещо сладко под езика (бонбон, парче шоколад, изсипете пакетче захар...) или пийнете някаква силно подсладена напитка и бързо

ще излезете от това доста безпомощно състояние. Създайте си навик и винаги носете нещо сладко из джобовете.

Тези неразположения с времето се случват все по-рядко, но понякога докато отшумят напълно, може да минат години.

### След време:

**1. Недобро усвояване на храната** (витамини, минерали) – дали имате този проблем, ще разберете от кръвните изследвания с които лекарите следят състоянието ви. Някои от свързаните с този проблем дефицити са:

- *Калций* – лекарите ще ви изпишат прием на витамин D;

- *Желязо (Fe) и витамин B12* – дефицитът им води до анемия, която обикновено се повлиява от подходяща диета. Има случаи в които това е невъзможно. Ако на вас ви е отстранен стомаха или голяма част от *илеума* (част от тънкото черво), то вие можете да развиете дефицит на витамин B12. Този витамин можем да си набавим само с храната. В стомаха се секретира вещество наречено *интринзич фактор*, то се свързва с постъпилия там вит. B12, който се абсорбира в *илеума*. Затова, ако вие нямате стомах – нямате *интринзич фактор*, ако нямате *илеум* – няма как той да се абсорбира в кръвта. Когато кръвните ви изследвания покажат такъв дефицит, лекарите ще ви изпишат инжекции с вит. B12.

**2. Стеноза на анастомозата** – *стеноза*, означава стеснение, а *анастомоза* се нарича новата връзката, която хирурзите са направили след като са срязали стомаха или червото за да изрежат тумора. Там се образува белег и мястото може да не е така еластично. Ако напр., ако имате *анастомоза* на хранопровода, при преминаване на храната през него той може да реагира чрез силен и болезнен спазъм. Трябва да се опитате да запазите спокойствие – дишайте дълбоко, изчакайте малко и тогава продължете с храненето.

Този проблем, може да бъде решен, като образно казано, до мястото на анастомозата се вкара и раздуе едно балонче, което ще разтегли този участък (*балонна дилатация*).

**3. Непоносимост към някои храни** – след операцията, част от храносмилателната система вече я няма и това може да бъде причина тя да не работи така добре както преди това. Панкреасът може да не успява да регулира нивата на кръвна захар – пациенти споделят, че се справят с този проблем, като не ядат нищо сладко. Други казват, че след операцията се чувстват по-добре, като не приемат никакви млечни продукти, трети не усвояват мазнините или хлебните изделия...Всеки обаче е намерил някакъв начин и се справя с тези проблеми – взимат таблетки с калций, ако не се хранят с млечни продукти, ензими за по-добро усвояване на мазнините, заместват хляба с мюсли или други изделия с овесени ядки...Ако вие обаче не успявате да намерите вашата диета и не спирате да отслабвате, трябва задължително да се обърнете към специалист – диетолог.

**4. Болка** – раната отдавна е зараснала, но вие продължавате периодично да изпитвате силна болка. Всяка болка винаги води до големи притеснения – първата мисъл винаги е свързана с връщането на болестта. Истината обаче е друга – по всяка вероятност имате сраствания. Получават се след всяка операция-по време на нея, органите и тъканите се разместват, после отново се слагат намясто, но това често води до „слепването“им на нехарактерни места, което впоследствие предизвиква болка и усещане сякаш нещо ви „дърпа“. С времето нещата се подобряват и само в редки случаи може да се наложат лапароскопски корекции.

### Връщане към нормалния живот

Да, и това ще стане! Просто трябва време за да опознаете новото си тяло. На някои пациенти това се случва бавно, други се адаптират по-бързо. Не се колебайте да потърсите подкрепа от лекари и специалисти, от близки и приятели. Потърсете контакт с други пациенти. Те ще ви дадат съвети, както се казва „от първа ръка“. Те може и да не са напълно приложими за вашия случай, но

ще ви дадат някаква насока. Свържете се с нас – [info@gist-bg.com](mailto:info@gist-bg.com).  
Имаме „тайна“ група в социалната мрежа на Facebook – там свободно можете да питате за всичко което ви притеснява. Сега, още сте притеснени, но с времето ще си изградите нова, собствена система от навици и прийоми за да се справяте с неразположенията си и ще научите новите капризи на храносмилателната ви система.

Не се отказвайте от социален живот – срещайте се с приятели, излизайте с близките си – те ви познават и ако в един момент не се почувствате добре, ще ви помогнат. Ако отидете на гости и ви сервират нещо, което знаете, че няма да ви се отрази добре, не се смущавайте и си кажете – тук няма място за срам и неудобство - вие не сте направили нищо лошо, просто сте претърпели операция и сега храносмилателната ви система работи по различен начин.

Ние, пациентите с ГИСТ, минали вече по този път, от сърце ви пожелаваме успех!



Тази брошура не е написана от лекари, а от пациенти. Затова може да сме допуснали грешки. Ако вие откриете нашите грешки, пишете ни - ние ще ги коригираме.

[info@gist-bg.com](mailto:info@gist-bg.com)

Информацията тук не може да замести компетентните съвети на нашите лекари. Затова, винаги когато не се чувствате добре, първо се обръщайте към тях!