

Dr. Döbrönte Zoltán – Takátsné Kádár Sarolta

# Epebetegségek és diéta



SPRINGMED

DIÉTÁS KÖNYVEK

Dr. Döbrönte Zoltán – Takátsné Kádár Sarolta

## **Epebetegségek és diéta**

Dr. Döbrönte Zoltán –  
Takátsné Kádár Sarolta

# Epebetegségek és diéta



© Dr. Döbrönte Zoltán, Takátsné Kádár Sarolta, 2016

© SpringMed Kiadó, 2016

Szakmai együttműködő partner:

Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége

Szakmai lektor: Prof. dr. Papp János

SPRINGMED DIÉTÁS KÖNYVEK®

Dr. Döbrönte Zoltán – Takátsné Kádár Sarolta

## EPEBETEGSÉGEK ÉS DIÉTA

ISBN 978-615-6337-19-1

ISSN 2060-3495

Minden kiadói jog fenntartva. A mű egészének vagy részleteinek nyomtatott vagy digitális formában történő sokszorosítása, másolása, online megjelenése kizárólag a kiadó előzetes írásos engedélyével lehetséges. A SpringMed Kiadó az 1795-ben alapított Magyar Könyvkiadók és Könyvterjesztők Egyesületének tagja.

SPRINGMED KIADÓ KFT.

1519 Budapest, Pf. 314

[www.springmed.hu](http://www.springmed.hu)

FELELŐS KIADÓ ÉS FŐSZERKESZTŐ: Dr. Böszörményi Nagy Klára

TIPOGRÁFIA ÉS BORÍTÓTERV: Németh János

TÖRDELÉS ÉS NYOMDAI ELŐKÉSZÍTÉS: Hakucsák Róbert

TERJESZTÉS: Végh Rita

---

# TARTALOMJEGYZÉK

A KIADÓ ELŐSZAVA .....	9
BEKÖSZÖNTŐ .....	11
BEVEZETÉS .....	13
MI AZ EPE? .....	13
Az epe élettani szerepe .....	15
<b>I. AZ EPEHÓLYAG BETEGSÉGEI.....</b>	<b>17</b>
EPEKŐBETEGSÉG .....	19
Hogyan keletkeznek az epekövek és milyen fajtáit különböztetjük meg? .....	20
Melyek az epekőképződést elősegítő tényezők? .....	21
Az epehólyag-kövesség tünetei .....	22
Az epehólyagkő kimutatása .....	23
Milyen más betegségektől kell elkülöníteni az epekövességet? ...	23
A kezelés lehetőségei .....	24
<i>Az epekőroham kezelése</i> .....	24
<i>A panaszt okozó köves epehólyagot el kell távolítani!</i> .....	24
<i>Az epekőbetegség belgyógyászati kezelése</i> .....	25
Az epehólyag-kövesség szövődményei .....	26
EPEHÓLYAG-GYULLADÁS .....	27
Heveny epehólyag-gyulladás .....	27
<i>Az epehólyag-gyulladás tünetei</i> .....	27
<i>Az epehólyag-gyulladás felismerése, diagnózisa</i> .....	28
<i>Az epehólyag-gyulladás kezelése</i> .....	28
<i>A heveny epehólyag-gyulladás szövődményei</i> .....	30
Krónikus epehólyag-gyulladás .....	31
AZ EPEHÓLYAG EGYÉB BETEGSÉGEI.....	33
Epehólyagpolip .....	33
Koleszterolózis – koleszterinlerakódás az epehólyag falába .....	34
Epehólyagrák .....	34
<i>Hajlamosító tényezők, rákmegelőző állapotok</i> .....	35

<i>Az epehólyagrák kezelése</i> .....	35
<i>A rák megelőzése</i> .....	35
Gyakori kérdések az epehólyag eltávolításával kapcsolatban ....	36
<b>II. AZ EPEUTAK BETEGSÉGEI</b> .....	<b>39</b>
EPEPANGÁS ÉS ELZÁRÓDÁSOS SÁRGASÁG .....	41
Az epeúti pangás (sárgaság) leggyakoribb okai .....	41
<i>Tünetek</i> .....	42
<i>Diagnózis</i> .....	42
<i>Kezelés</i> .....	45
Az epepangás szövődményei .....	45
<i>Heveny epeúti gyulladás</i> .....	45
<i>Idült epeúti gyulladás</i> .....	46
EPEÚTI KÖVESSÉG .....	47
<i>Tünetek</i> .....	47
A betegség felismerése .....	47
Az epeúti kövek okozta szövődmények .....	48
<i>Heveny hasnyálmirigy-gyulladás</i> .....	48
<i>Heveny epeúti gyulladás</i> .....	49
<i>Idült epeúti gyulladás</i> .....	49
Az epeúti kövesség kezelése .....	49
<i>A kezelések szövődményei</i> .....	52
AZ EPEUTAK EGYÉB BETEGSÉGEI, VATER-PAPILLA-BETEGSÉGEK .....	53
Vater-papilla-szűkület, és Oddi-sphincter (szfinkter)- működészavar .....	53
<i>Tünetek</i> .....	53
<i>Diagnózis és kezelés</i> .....	53
A Vater-papilla daganatai .....	54
<i>Jóindulatú daganatok</i> .....	54
<i>Vater-papilla-rák</i> .....	55
Epeúti szűkületek .....	56
<i>Jóindulatú epevezetéki szűkületek</i> .....	56
<i>Rosszindulatú epeúti szűkületek</i> .....	57
Primer szklerotizáló cholangitis (ejts: kolangitisz) .....	59
<i>Tünetek</i> .....	60

<i>Diagnózis</i> .....	60
<i>Kezelés</i> .....	61
Szekunder szklerotizáló cholangitis .....	61
Az epeutak veleszületett betegségei .....	62
<i>A közös epevezeték cisztái</i> .....	62
<i>Caroli-betegség</i> .....	63
A LEGGYAKRABBAN FELTETT KÉRDÉSEK ÉS VÁLASZOK .....	64
AZ EPEBETEGSÉGEK KEZELÉSÉBEN ALKALMAZOTT GYÓGYSZEREK .....	69
BETEGTÁJÉKOZTATÓ AZ EPEUTAK ÉS A HASNYÁLMIRIGY-VEZETÉK	
TÜKRÖZÉSES – RÖNTGEN (ERCP) VIZSGÁLATÁRÓL .....	70
A vizsgálat célja .....	70
A vizsgálat menete .....	70
A vizsgálat során szóba jövő műtét értékű gyógyító	
beavatkozások .....	70
<i>Lehetséges szövőmények</i> .....	71
<b>III. EPEBETEGEK DIÉTÁJA (Írta: Takátsné Kádár Sarolta) .....</b>	<b>73</b>
A PANASZMENTES EPEKÖVES BETEG DIÉTÁJA .....	75
DIÉTA EPEKÖVES ROHAM UTÁN .....	80
Az epekő szövődményeinek diétája .....	80
ÉTRENDI JAVASLATOK, MINTAÉTRENDK .....	81
<b>IV. DIÉTÁS RECEPTEK EPEBETEGEK SZÁMÁRA .....</b>	<b>91</b>
1. SALÁTÁK .....	93
2. LEVESEK .....	96
3. ZÖLDSÉGÉTELEK .....	99
4. FEHÉRJÉBEN GAZDAG ÉTELEK .....	103
5. DESSZERTEK .....	108
SZÓJEGYZÉK – ORVOSI KIFEJEZÉSEK MAGYARÁZATA .....	112
AJÁNLOTT IRODALOM .....	115
A SPRINGMED KIADÓ KÖNYVAJÁNLÓJA .....	116





# A KIADÓ ELŐSZAVA

**A** RÉGI KOROK ÓTA az ember legértékesebb tulajdona testi és lelki egészsége. Felgyorsult világban, a technikai és információs forradalom sűrűjében élünk, de még mindig azt mondjuk: Csak egészségünk legyen! A 21. század változásai azonban új kihívások elé állították nemcsak a betegek gyógyításán rendíthetetlenül fáradozó orvosokat, hanem betegeiket, sőt a jó egészségnek örvendőket is. A tudomány rohamos fejlődésével mind a megelőzés, mind a kezelés terén újabb és újabb lehetőségek nyílnak meg, és egyre többet tudunk a betegségek kialakulásának hátterében rejlő genetikai és környezeti tényezőkről is.

A mégoly fejlett orvosi tudás és technika sem képes azonban minden egészség/betegséggel kapcsolatos kérdés megoldására. Az egészségeseeknek fel kell ismerniük saját felelősségüket a betegségek megelőzésében. Lényeges, milyen életmódot folytatunk (táplálkozás, fizikai aktivitás, káros szenvedélyek), hogyan alakítjuk ki lakókörnyezetünket, munkahelyünkön betartjuk-e a munkavédelmi előírásokat, a szabadidős tevékenységek során is gondolunk-e egészségünk megőrzésére (pl. napozás).

A betegek kezelése sokkal eredményesebb, ha maguk is aktív szerepet vállalnak gyógyulásuk folyamatában. A zsúfolt orvosi rendelőkben azonban nem mindig jut idő a részletes betegtájékoztatásra, ráadásul Magyarországon még mindig nagy hiány mutatkozik orvosilag helyénvaló, mégis közérthető és olvasmányos nyelven, gyakorlati szempontból megírt, betegközpontú tájékoztató könyvekből. Kiadónk küldetése, hogy ezt a hiányt igyekezzon pótolni. Hangsúlyozzuk azonban, hogy a könyvek nem helyettesítik az orvosi vizsgálatot és szakvéleményt. Abban segítenek, hogy a beteg tájékozott legyen betegségét illetően, és így gyorsabban és hatékonyabban tudja megbeszélni problémáját a kezelőorvosával.

DR. BÖSZÖRMÉNYI NAGY KLÁRA  
*kiadóigazgató*



# BEKÖSZÖNTŐ

## Kedves Olvasó!

Az információrobbanás jó néhány éve elérte már az orvoslást is. Ugrásszerűen nő az ismeretanyag és az igény az egyre bővülő és mélyülő tudásra.

A legújabb eredmények rendkívül rövid idő alatt bekerülnek az egyetemi oktatásba, és hamar szétterjednek az egészségügy különböző szintjein. Az új ismeretek jelentik a hatékony gyógyítás alapját.

A korábbi évszázadokban az orvos és a beteg ember között kialakult szoros, bensőséges kapcsolatot az intézkedések és szabályok sorával mára darabokra törték és a kölcsönös bizalmat – amely a gyógyítás alapja –, sok esetben a kölcsönös bizalmatlanság váltotta fel. Ahhoz, hogy a betegek valóban értékeln tudják saját egészségi állapotukat és gyógyulási esélyeiket, pontos tájékoztatásra és alapos ismertető anyagokra van szükségük. Ezek a dokumentumok kiegészíthetik, előkészíthetik az orvossal folytatott megbeszélést, irányítottá, tehát hatékonyabbá tehetik a problémák feltárását, és meghatározhatják a megoldás útjait.

A betegtájékoztató kiadványok célja az, hogy a modern ismereteket hozzáférhetővé tegyék, eligazítást, útmutatást adjanak az adott betegségekben szenvedőknek és hozzátartozóiknak. A betegtájékoztató könyvek, prospektusok nélkülözhetetlen elemei az egészségnevelő és az egészségügyi ismeretterjesztő munkának. Segítségükkel elérhető, hogy a beteg és orvosa között a bizalmi viszony kialakulhasson, a beteg a kezelésében aktív szerepet vállaljon, és ezáltal a saját gyógyulásában hatékonyan részt vegyen.

Reméljük, hogy ezen kiadványban minden érdeklődő olvasó megtalálja a választ kérdéseire, továbbá sok olyan értékes információra lel, amelyekkel az életminőségén saját maga is javíthat.

Jó olvasást és hasznos információszerzést kívánunk minden kedves Olvasónak.

*A szerzők*

