|  |
| --- |
| Stručná informace o Crohnově chorobě |

Autor: Carol Eustice

Webová stránka: <http://www.crohnsandcolitis.org.uk/about-inflammatory-bowel-disease/crohns-disease>

Pokud vám byla diagnostikována Crohnova choroba (nebo dokonce jste Crohnovu chorobu již nějakou dobu měli), obvykle nevíte přesně, o co se vlastně jedná a jaký potenciální dopad to může mít na váš další život. Níže jsou uvedeny odpovědi na některé běžné dotazy týkající se Crohnovy nemoci. Tato nemoc je častým souputníkem Bechtěrevovy choroby, proto by o ní měl mít každý bechtěrevik alespoň základní informace.

***Co je to Crohnova choroba?***

Crohnova nemoc způsobuje zánět trávicího systému, respektive střev. Crohnova nemoc může ovlivnit jen nějakou část střeva, ačkoliv nejčastější postižené místo bývá konec ilea (poslední část tenkého střeva), nebo tlustého střeva. Oblasti zánětu jsou často skvrnité oblasti s úseky normálního střeva mezi nimi. Místo zánětu může být jen malé, třeba jen o velikosti několik centimetrů, nebo může být rozšířen na poměrně značnou část střeva. Stejně jako na stěnu střeva, působí negativně i na sliznici střev, Crohnova choroba může napadat střevní stěny i do hloubky.

Je to jedna ze dvou hlavních forem nespecifických střevních zánětů (IBD). Tou druhou formou je ulcerózní kolitida. Crohnova choroba je chronická záležitost, to znamená, že je pokračující a celoživotní, i když může mít období dobrého zdraví (remise), jakož i časy, kdy symptomy jsou více aktivní (tzv. relapsy nebo vzplanutí).

***Jaké jsou příznaky nemoci?***

Crohnova nemoc je velmi individuální, příznaky se liší od osoby k osobě, může záviset i na tom, ve které místě střeva je onemocnění aktivní. Příznaky jsou v rozsahu od mírného až po těžké postižení, které se v průběhu času mohou také měnit.

Nicméně nejběžnější symptomy jsou následující:

* Bolest břicha a průjem.
* Únava a vyčerpání.
* Pocit celkové nevolnosti nebo horečka.
* Vředy v ústech
* Ztráta chuti k jídlu a hubnutí.
* Anémie (snížená hladina červených krvinek).

***Komu hrozí Crohnova nemoc?***

Domníváme se, že Crohnova nemoc postihuje nejméně 115 000 lidí ve Velké Británii a další miliony po celém světě. Onemocnění je běžnější v městských oblastech a v severských vyspělých zemích, i když je na vzestupu i v rozvojových zemích.

U Crohnovy choroby je také větší pravděpodobnost, že se objeví v bílých lidí evropského původu, zejména u těch, kteří pocházející z aškenázských Židů, to zn. u těch, kteří žili ve východní Evropě a Rusku. Onemocnění může začít v jakémkoliv věku, ale obvykle se objeví poprvé ve věku mezi 10 a 40 roky. Průzkumy naznačují, že nové případy Crohnovy nemoci jsou častěji diagnostikovány zejména u dospívajících a dětí. Jsou také o něco častější u žen, než u mužů, a také u kuřáků.

***Co způsobuje Crohnovu chorobu***, ***existuje lék***?

Navzdory rozsáhlému výzkumu stále nevíme, co přesně Crohnovu chorobu způsobuje. Nicméně v posledních několika letech bylo dosaženo významného pokroku, a to zejména v genetice. Nyní předpokládáme, že Crohnova je způsobována kombinací faktorů:

* Geny, se kterými jste se narodili.
* Plus abnormální reakce imunitního systému na některé bakterie ve vašich střevech.
* Předchozí spolu s neznámým spouštěčem, který může zahrnovat viry, bakterie, stravu, kouření, stres nebo něco jiného, obsaženého v životním prostředí.

V tuto chvíli specifickou léčbu nemáme, ale medikamentózní léčba a někdy i chirurgie mohou udělat hodně, aby poskytly dlouhé období úlevy od příznaků choroby.

***Jaké jsou způsoby léčby Crohnovy choroby?***

Léčba může být medikamentózní, chirurgická nebo kombinace obou způsobů. Pokud se stav choroby u vás jen mírný, pak někdy není třeba nasazovat žádnou léčbu. Někteří lidé mohou také najít úlevu od příznaků nemoci tím, že změní své stravovací návyky nebo přejdou na speciální tekutou dietu.

Ale vaše léčba bude nakonec záviset na typu Crohnovy choroby, který je aktuální ve vašem případě a rozhodnutích, která učiníte ve spolupráci s vaším lékařem.

***Může mít Crohnova choroba přinášet i nějaké další komplikace?***

Crohnova nemoc někdy způsobí i další zdravotní problémy, které se mohou týkat nejen střev, ale případně mohou postihovat i jiné části těla. Komplikace ve střevě mohou zahrnovat zúžení, perforace a píštěle. Další komplikace, které mohou být spojeny s Crohnovou chorobou, jsou následující:

* Kožní problémy, jako jsou vředy v ústech, puchýře a vředy na kůži, a bolestivé červené otoky, obvykle na nohou.
* Zánět očí.
* Tenčí a slabší kosti.
* Zánět jater.
* Krevní sraženiny (včetně hluboké žilní trombózy).
* Anémie (snížená hladina červených krvinek).

Zhruba u jedné třetiny lidí s IBD se objevují i záněty kloubů, obvykle jsou to lokty, zápěstí, kolena a kotníky. Méně často jsou to i záněty kloubů páteře a pánve - onemocnění se nazývá ankylozující spondylitida (Bechtěrevova nemoc). Ta může následně způsobit ztuhlost a bolesti páteře. K léčbě těchto příznaků se užívá medikamentózní léčba a rehabilitace.

***Jaké problémy přináší život s Crohnovou nemocí?***

Život s chronickým onemocněním, jako je Crohnova choroba, může mít jak emocionální, tak i praktický dopad na kvalitu vašeho života. Mohou nastat situace, kdy budete muset provést změny ve vašem životě, třeba mít čas na dostatečné zotavení, například tehdy, došlo-li vzplanutí choroby. Na druhou stranu, když se cítíte dobře, můžete žít život opravdu naplno.

Zřejmě budete pravidelně navštěvovat svého praktického lékaře a možná taktéž i tým specializovaný na léčbu IBD ve vaší nemocnici. Je dobré si s nimi vybudovat dobrý vztah, protože pak je hledání místa léčby a vlastního léčení mnohem méně stresující. Více informací můžete najít na webové stránce: [www.strevni-zanety.cz/crohnova-nemoc](http://www.strevni-zanety.cz/crohnova-nemoc).

***Vzplanutí nemoci***

Vzplanutí nemoci může působit rušivě na vztahy a práci - někdy může být dokonce nutné zrušit závazky a vzít si volno, a to hlavně tehdy, když se kvůli nemoci necítíte dobře. Může být i velmi potřebné a užitečné, když o svém o svém onemocnění řeknete i lidem kolem sebe - rodině, přátelům, kolegům v práci i zaměstnavateli. Tím, že jim alespoň něco o vaší nemoci řeknete, zejména rodině a přátelům, může u nich vyvolat pocit uklidnění a budou vám snadněji poskytovat oporu, kterou velmi potřebujete.

***Výživa***

Dieta je považována mnoha lidmi s Crohnovou nemocí za důležitý faktor, ačkoliv neexistuje žádný jasný důkaz o tom, že by některé potraviny přímo způsobovaly zlepšení nebo zhoršení Crohnovy choroby. Přesto se někteří lidé domnívají, že některé potraviny navozují, případně zhoršují příznaky nemoci.

Obecně platí, že nejdůležitější je jíst výživnou a vyváženou stravu, abyste si udrželi svoji hmotnost a sílu, rovněž přijímat i dostatek tekutin, abyste zabránili dehydrataci organizmu.
Ženy s neaktivní Crohnovou chorobou obvykle nemívají větší potíže s otěhotněním, ve srovnání s ženami bez IBD (bez zánětů střev). Také pro většinu žen platí, že mít dítě vůbec neznamená, že by se tím jejich Crohnova choroba měla zhoršit. Je-li vaše Crohnova choroba aktivní, pak šance na otěhotnění jsou mírně nižší. Váš lékař by měl být schopen vám dostatečně pomoci zvládat příznaky nemoci, takže je důležité, abyste se s ním poradili předem, pokud uvažujete o dítěti.

Crohnova nemoc může začít v jakémkoliv věku, včetně dětství. Ze tří lidí, u kterých byla poprvé diagnostikována Crohnova choroba, byla jedna osoba mladší 21 let. Zánět ve střevě může i ovlivnit charakter růstu a může vést dokonce k opožděné pubertě. Růst ovšem může být rovněž negativně ovlivněn špatnou výživou a dlouhodobým užíváním steroidů. Další podrobnosti o Crohnově chorobě, případně i IBD naleznete na již výše uvedené webové stránce: [www.strevni-zanety.cz/crohnova-nemoc](http://www.strevni-zanety.cz/crohnova-nemoc).

##### Překlad z anglického originálu: Ing. Jaromír Fajkus (jfajkus@gmail.com)