

Spis treści

1

Epidemiologia rozwoju nieswoistych chorób zapalnych jelit

- Edyta Zagórowicz	1
1.1. Wprowadzenie	1
1.2. Epidemiologia nieswoistych chorób zapalnych jelit na świecie	2
1.3. Epidemiologia nieswoistych chorób zapalnych jelit w Polsce	4
1.4. Choroba Leśniowskiego-Crohna	5
1.5. Wrzodziejące zapalenie jelita grubego	6

2

Etiologia rozwoju nieswoistych chorób zapalnych jelit - Kamila Sroka,

Michał Sienkiewicz, Agata Binienda, Aleksandra Tarasiuk-Zawadzka	11
2.1. Wpływ czynników środowiskowych - Kamila Sroka, Michał Sienkiewicz	11
Wprowadzenie	11
Czynniki ryzyka	12
Czynniki ochronne	22
2.2. Wpływ czynników immunologicznych - Kamila Sroka, Michał Sienkiewicz	27
2.3. Czynniki genetyczne i epigenetyczne - Agata Binienda, Aleksandra Tarasiuk-Zawadzka	39
Dziedziczenie	39
Zmiany w genach - polimorfizm pojedynczego nukleotydu	39
Wpływ epigenetyki na zapalenie jelit	43
Podsumowanie	44

3

Diagnostyka nieswoistych chorób zapalnych jelit - Milena Padysz,

Agata Majos	47
3.1. Wprowadzenie - Milena Padysz	48
3.2. Badania laboratoryjne - Milena Padysz	49
3.3. Diagnostyka endoskopowa - Milena Padysz	50
Kolonoskopia	52
Gastroskopia	60
3.4. Badanie histopatologiczne - Milena Padysz	61
3.5. Badania radiologiczne - Agata Majos	62
Ultrasonografia	62
Tomografia komputerowa i rezonans magnetyczny	64
3.6. Nadzór onkologiczny-Milena Padysz	69
3.7. Diagnostyka różnicowa - Milena Padysz	70

4

Leczenie farmakologiczne nieswoistych chorób zapalnych jelit

- Maria Wiśniewska-Jarosińska	75
4.1. Wprowadzenie	75
4.2. Pochodne kwasu 5-aminosalicylowego: sulfasalazyna i mesalazyna	77
4.3. Glikokortykosteroidy	80
4.4. Leki immunosupresyjne	81
Analogi tiopuryn: azatiopryna i 6-merkaptopuryna	81
Inhibitory kalcyneuryny: cyklosporyna A i takrolimus	82
Metotreksat	83
Leki immunomodulujące z grupy tzw. małych cząsteczek	84
4.5. Leki biologiczne	87
Inhibitory czynnika martwicy nowotworów a	87
Inhibitory integryn	89
Inhibitory interleukin	90
4.6. Leki przeciwdrobnoustrojowe	91
4.7. Heparynizacja	91
4.8. Podsumowanie	92

5

Interakcje leków i suplementów diety z żywnością - Zofia Winczewska

5.1. Wprowadzenie	97
5.2. Leki immunosupresyjne	98
Metotreksat	98
Cyklosporyna	98
Tiopuryny	99
5.3. Antybiotyki i chemioterapeutyki	99
Metronidazol	99
Cyprofloksacyna	100

Cefalosporyny	100
Ryfaksymina	100
5.4. Leki immunomodulujące	101
Modulatory receptorów sfingozyno-1-fosforanu	101
Inhibitory kinaz janusowych, tzw. małe cząsteczki	101
5.5. Pochodne kwasu 5-aminosalicylowego	102
Sulfasalazyna	102
Mesalazyna	102
5.6. Glikokortykosteroidy	102
5.7. Składniki mineralne	103
Kwas foliowy	104
Żelazo	104
Maślan sodu	105
5.8. Podsumowanie	105

6

Rola mikrobioty jelitowej w rozwoju nieswoistych chorób zapalnych

jelit - Karolina Kaźmierczak-Siedlecka, Hanna Szpunar-Radkowska, Karolina Skonieczna-Żydecka	109
6.1. Mikrobiom jelitowy	109
Mikrobiom jamy ustnej	112
Interakcje mikrobiom - układ immunologiczny	113
6.2. Mikrobiota jako cel terapeutyczny	114
Transplantacja mikrobioty jelitowej	115
Znaczenie probiotyków w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	117

7

Jaki wpływ na rozwój i występowanie nieswoistych chorób zapalnych

jelit mają czynniki żywieniowe? - Aleksandra Kłosowicz, Kamila Sroka, Michał Sienkiewicz	127
7.1. Problemy żywieniowe u pacjentów z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	127
Wprowadzenie	127
Zaburzenia wchłaniania	128
Niedożywienie	130
Niedobory składników odżywczych	132
Niedokrwistość	136
Osteoporoza	137
Dysbioza	138
Zespół jelita drażliwego i przerost mikrobioty jelitowej w przebiegu nieswoistych chorób zapalnych jelit	139
Nietolerancja błonnika pokarmowego	139
Nietolerancja a laktozy	141
7.2. Zwyczaje żywieniowe u pacjentów z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	142

8

Aktualne zalecenia żywieniowe i wytyczne u pacjentów z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit - Daria Domańska-Senderowska,

Michał Sienkiewicz	153
8.1. Wprowadzenie	153
8.2. Wytyczne dotyczące żywienia w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	154
Zalecenia żywieniowe dotyczące profilaktyki wystąpienia nieswoistych chorób zapalnych jelit	154
Ocena stanu odżywienia osób z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	154
8.3. Ogólne zalecenia żywieniowe u pacjentów z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	156
Zapotrzebowanie na energię	156
Zapotrzebowanie na makroskładniki	157
Zapotrzebowanie na składniki mineralne	158
Niedokrwistość a żelazo	159
Indywidualna interwencja żywieniowa	160
Stosowanie różnych rodzajów modeli żywieniowych w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	161
8.4. Podsumowanie	162

9

Leczenie żywieniowe w okresie zaostrzenia i remisji nieswoistych

chorób zapalnych jelit - Daria Domańska-Senderowska, Michał Sienkiewicz—167

9.1. Wprowadzenie	167
9.2. Leczenie żywieniowe w okresie zaostrzenia choroby.	168
Żywienie drogą przewodu pokarmowego oraz żywność specjalnego przeznaczenia medycznego w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	169
Żywienie dojelitowe	170
Żywienie pozajelitowe	174
9.3. Żywienie dojelitowe i pozajelitowe w warunkach domowych.	175
9.4. Diety eksperymentalne i alternatywne metody żywieniowe	176
9.5. Ogólne zalecenia dotyczące diety w okresie remisji choroby.	178
9.6. Podsumowanie	179

10

Żywienie osób dorosłych z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit

- Małgorzata Moszak	183
10.1. Żywienie w okresie ciąży i karmienia piersią	183
Wpływ nieswoistych chorób zapalnych jelit na płodność, przebieg ciąży i karmienie piersią	183
Żywienie kobiet ciężarnych i karmiących z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	190

10.2. Żywnienie osób starszych	203
Wprowadzenie	203
Starzenie się a patofizjologia nieswoistych chorób zapalnych jelit	204
Zapotrzebowanie na energię, makro- i mikroskładniki w populacji osób starszych z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	205
Niedożywienie u osób starszych z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	209
Zasady planowania diety u pacjentów starszych z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	213
Podsumowanie	216

11

Charakterystyka wybranych diet w nieswoistych chorobach

zapalnych jelit - Honorata Mruk-Mazurkiewicz, Michał Sienkiewicz	219
11.1. Wprowadzenie	219
11.2. Dieta o niskiej zawartości FODMAP	220
Zastosowanie diety o niskiej zawartości FODMAP w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	222
11.3. Dieta specyficznych węglowodanów	225
Dieta specyficznych węglowodanów w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	228
11.4. Dieta przeciwwzapalna	229
11.5. Dieta eliminacyjna dla pacjentów z chorobą Leśniowskiego-Crohna	233
Zasady diety eliminacyjnej dla pacjentów z chorobą Leśniowskiego-Crohna	233
Ocena skuteczności diety eliminacyjnej dla pacjentów z chorobą Leśniowskiego-Crohna	235
11.6. Dieta eliminacyjna dla pacjentów z wrzodziejącym zapaleniem jelita grubego	236
Zasady diety UCED	236
11.7. Dieta stosowana w zapobieganiu i leczeniu nadciśnienia	237
11.8. Dieta śródziemnomorska	238
Zastosowanie diety śródziemnomorskiej w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	238
11.9. Dieta wegetariańska	239
Dieta wegetariańska a nieswoiste choroby zapalne jelit	240
11.10. Inne diety - dieta bezglutenowa, post przerywany, dieta ubogobłonnikowa, dieta niskotłuszczowa, dieta ketogeniczna	242
Dieta bezglutenowa	242
Post przerywany	244
Dieta ubogobłonnikowa	244
Dieta niskotłuszczowa	245
Dieta ketogeniczna	246
11.11. Podsumowanie	246

12

Rola błonnika w nieswoistych chorobach zapalnych jelit

- Michał Sienkiewicz	251
12.1. Wprowadzenie	251
12.2. Definicja błonnika	252
12.3. Klasyfikacja błonnika	253
12.4. Zalecane spożycie błonnika	254
12.5. Błonnik pokarmowy a mikrobiota	254
12.6. Rola błonnika i krótkołańcuchowych kwasów tłuszczowych	258
12.7. Mechanizmy działania krótkołańcuchowych kwasów tłuszczowych	258
12.8. Rola błonnika w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	260
12.9. (J)-glukany	263
12.10. Arabinoksylian	264
12.11. p-fruktany	266
12.13. Galaktooligosacharydy	268
12.14. Pektyny	269
12.15. Typy błonnika nierozpuszczalne w wodzie	270
Celuloza	270
Lignany	272
12.16. Rekomendacje dla pacjentów z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit	275
12.17. Podsumowanie	276

13

Psychodietetyka w nieswoistych chorobach zapalnych jelit

- Anna Januszewicz, Katarzyna Zabłocka-Stowińska, Joanna Pieczyńska, Mateusz Kusztal	285
13.1. Wprowadzenie	285
13.2. Stres psychologiczny - przyczyna i konsekwencja choroby	286
13.3. Interwencje psychologiczne w nieswoistych chorobach zapalnych jelit	288
13.4. Wykorzystanie psychoedukacji i terapii poznawczo-behawioralnej	288
13.5. Terapia oparta na uważności	289
13.6. Terapia akceptacji i zaangażowania	290
13.7. Model psychosomatyczny współwystępowania zaburzeń psychicznych i nieswoistych chorób zapalnych jelit	291
Współwystępowanie nieswoistych chorób zapalnych jelit oraz depresji i zaburzeń lękowych	291
Zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne w przebiegu nieswoistych chorób zapalnych jelit	293
Zaburzenia odżywiania w przebiegu nieswoistych chorób zapalnych jelit	295
Nieswoiste choroby zapalne jelit a kompulsywne objadanie się	296
Nieswoiste choroby zapalne jelit a jadłowstręt psychiczny	297
Nieswoiste choroby zapalne jelit a zaburzenie polegające na unikaniu i restrykcyjnym przyjmowaniu pokarmu	298
13.8. Podsumowanie	300

14

Rola aktywności fizycznej w nieswoistych chorobach zapalnych jelit

- Joanna Smarkusz-Zarzecka	307
14.1. Wprowadzenie	307
14.2. Korzyści i ograniczenia aktywności fizycznej pacjentów z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit.	307
14.3. Planowanie aktywności fizycznej pacjentów z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit.	310
14.4. Aktywność fizyczna dzieci i młodzieży.	314
14.5. Sarkopenia i otyłość sarkopeniczna w przebiegu nieswoistych chorób zapalnych jelit.	315
14.6. Stres w przebiegu nieswoistych chorób zapalnych jelit i jego wpływ na jakość życia.	316
14.7. Podsumowanie.	317
Skorowidz	323