

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение 8

ГЛАВА 1. СТРОЕНИЕ

ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ. 11

Полые трубчатые органы 15

Паренхиматозные органы 24

Кишечная микробиота 30

Функциональные и органические
заболевания ЖКТ 32

ГЛАВА 2. ВСЕЛЕННАЯ ВНУТРИ НАС. 37

Микрофлора полости рта 40

Микробиота желудка и кишечника 43

Формирование микробиоты 45

Функции микробиоты 49

Как питание влияет на микробиоту? 55

ГЛАВА 3. ВИСЦЕРАЛЬНАЯ

ГИПЕРЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ,

ИЛИ ПОЧЕМУ ЖКТ МОЖНО СЧИТАТЬ

ШЕСТЫМ ОРГАНОМ ЧУВСТВ? 59

ГЛАВА 4. О ВКУСЕ И ЕГО НАРУШЕНИЯХ 71

Как же формируются вкусовые ощущения? . . . 73

Какие бывают вкусы и зачем нам важно
их распознавать? 79

Какие еще вкусы выделяют ученые? 84

Почему возникают нарушения вкуса? 86

ГЛАВА 5. НЕПРИЯТНЫЙ ЗАПАХ ИЗО РТА 93

Классификация галитоза 95

К каким специалистам обращаться
при возникновении галитоза? 100

ГЛАВА 6. СУХОСТЬ ВО РТУ (КСЕРОСТОМИЯ)	101
Клинические проявления сухости во рту	105
Причины ксеростомии	105
ГЛАВА 7. СИНДРОМ ПЫЛАЮЩЕГО РТА	107
Каковы возможные причины развития СПР?.	111
ГЛАВА 8. ЧТО ТАКОЕ GLOBUS HYSTERICUS?	115
ГЛАВА 9. НАРУШЕНИЯ ГЛОТАНИЯ: ДИСФАГИЯ И ОДИНОФАГИЯ	121
Дисфагия	127
Одинофагия	132
Диагностика дисфагии	134
ГЛАВА 10. ОТРЫЖКА, СРЫГИВАНИЕ ПИЩЕЙ, ТОШНОТА	135
Срыгивание пищей	140
Тошнота и рвота	142
ГЛАВА 11. ИЗЖОГА	149
Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь	151
Гиперчувствительный пищевод	155
Функциональная изжога	157
Диагностика и выявление причин изжоги	158
ГЛАВА 12. ЧУВСТВО ТЯЖЕСТИ В ЖЕЛУДКЕ	159
Как работает желудок?	162
Почему возникает чувство тяжести?	164
Какие факторы влияют на скорость опорожнения желудка?.	167

ГЛАВА 13. 50 ОТТЕНКОВ

АБДОМИНАЛЬНОЙ БОЛИ	169
Как мы воспринимаем боль?	173
Функциональная абдоминальная боль	176
Боль и висцеральная гиперчувствительность	180
Висцеральная гиперчувствительность и синдром раздраженного кишечника.	182

ГЛАВА 14. ВЗДУТИЕ ЖИВОТА

И ПОВЫШЕННОЕ ГАЗООБРАЗОВАНИЕ	183
Механизмы газообразования в ЖКТ	186
Когда углеводы приводят к метеоризму?	189
Вздутие живота	192

ГЛАВА 15. ДИАРЕЯ 195

Что такое диарея?	197
Виды диареи	199

ГЛАВА 16. ЗАПОР 203

Причины возникновения запора	206
--	-----

ГЛАВА 17. ЧТО ДЕЛАТЬ,

ЕСЛИ ДЕФЕКАЦИЯ НЕ ПРИНОСИТ

УДОВЛЕТВОРЕНИЯ?	209
Причины возникновения	214
Лечение	215

ГЛАВА 18. ЖЕЛТУХА 217

ГЛАВА 19. КРАСНЫЕ ФЛАГИ

В ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИИ	225
Что можно отнести к красным флагам?	229

Заключение	237
----------------------	-----