

# Киста - признаки и симптомы, полезные и опасные продукты, народные средства

*Лазарева Валентина*, врач-терапевт, нутрициолог

*Елисеева Татьяна*, главный редактор проекта EdaPlus.info

*E-mail:* lazareva.v@edaplus.info, eliseeva.t@edaplus.info

**Реферат.** Киста — патология в виде опухоли, которая состоит из стенок и содержимого. Подобное образование возможно в различных тканях и местах организма, бывает врожденным или приобретенным. Само содержимое кисты и строение ее стенки различается в зависимости от способа образования и места расположения патологии.

*Ключевые слова:* Киста, описание, причины возникновения, виды и симптомы, осложнение, профилактика, лечение, полезные продукты, народные средства, опасные продукты

## **Разновидности кисты:**

1. Киста истинная, с внутренней поверхностью, устланной эпителием или эндотелием
2. Киста ложная, без особой подстилки

## **Причины возникновения кисты:**

1. Киста ретенционная — образуется обычно в тканях и железистых органах в результате закупоривания протока железы.
2. Киста ramoлиционная — образование происходит по причине омертвения органа или тканевого участка.
3. Киста травматическая — следствие травмирования мягких тканей.
4. Киста паразитарная — тело паразита в оболочке.
5. Киста дизонтогенетическая — врожденное образование, возникающее при нарушениях в процессе формирования тканей и органов на ранней стадии развития.

## **Симптомы возникновения кисты:**

возникновение больших ложных кист поджелудочной железы может сопровождаться тупыми ноющими болями в верху живота, диспепсией, нарушением общего состояния, периодическим повышением температуры, появлением опухолеобразного формирования в животе.

При кисте яичника нарушается менструальный цикл, появляется тупая боль в низу живота, боли при менструации, ощущение тошноты. Увеличивается объем живота, возможны боли в районе влагалища.

Так как киста образуется в различных местах организма, нет общей, стандартной диеты при данном заболевании. Приводят некоторые виды болезни, с рекомендованными и запрещенными продуктами.

## Полезные продукты при кисте

### Киста поджелудочной железы — разрешенные продукты:

мучные изделия из муки первого и второго сорта, несладкое печенье, несвежий хлеб, сухари, пресная отварная или приготовленная на пару рыба, мясо кролика или птицы, нежирная говядина, телятина (мясо нужно измельчать), суп с добавлением сметаны, нежирные кисломолочные продукты, молоко, пресный сыр, вареные яйца [1], рис [2], гречка [3], перловка, овес [4], ограниченно — манка и пшеничная каша.

### Народные рецепты для лечения кисты:

- выжатый сок листьев лопуха [5] при кисте почки принимают два месяца трижды в день до еды, также используется каша из лопуха;
- настойка из суставчиков золотого уса на водке, принимать натощак утром, вечером за сорок минут до еды;
- порошок из осиновой коры, принимается трижды в день по половине столовой ложки;
- зеленый чай с добавкой меда [6] и молока, пить дважды в день;
- отвар корней колючего шиповника [7], принимается по половине стакана дважды в день;
- свежая брусника вместе с сливками, сметаной, медом;
- красный корень настаивается в термосе, и принимается трижды в день за час до приема еды;
- настойка девясила с добавлением дрожжей [8,9]. Принимается три раза в день после принятия пищи;
- отвар следующих растений: двудомная крапива [10], трехраздельная череда, трехцветная фиалка, полынь [11], зверобой, корень большого лопуха [12], песчаный бессмертник, листья грецкого ореха [13], малый золототысячник, плоды жостера, спорыш, обыкновенная душица, корень лекарственной валерианы [14], корень конского щавеля [15]; заваривать в термосе, принимать несколько раз в день до еды;
- настойка петрушки [16,17] принимается в течение дня понемногу;
- спиртовая настойка цветков акации белой, или ее коры, принимать три раза в день по одной столовой ложке;
- отвар из перегородок грецких орехов, принимать трижды в день по полстакана;
- настой следующих трав: рябина обыкновенная [18], лекарственная ромашка [19], манжетка, пастушья сумка, калиновая кора, розовая родиола, пустырник, настаиваются в термосе, трижды в день принимается по четверти стакана;
- настойка из стеблей и головок клевера [20] – готовится вечером, выпивается днем;
- настойка изюма на водке, прием ведется по столовой ложке перед приемом пищи;

- луковый рецепт: средняя луковица [21] заливается медом целиком, затем из нее делается тампон на ночь (рецепт используется для лечения кисты влагалищ);
- настойка, приготовляемая из белых грибов [22] готовится на водке или спирте, и принимается два раза в день по чайной ложке.

### Опасные и вредные продукты при кисте

копченые изделия, мясо и рыба, обработанные химикатами овощи, продукты с пищевыми добавками (тартразин E 102, борная кислота E284, амарзант E123, тетракарбонат натрия E 285, глюконовая кислота E574, хлорид олова E512, полидекстроза E1200, экстракт Quillaja E999, эритрозин E127), заплесневелый хлеб, подгнившие яблоки, облепиха [23], другие фрукты, плоды, овощи, ягоды, соки, джемы или варенья, которые приготовлены из заплесневелого сырья, несколько раз кипяченая вода, соевый соус, генномодифицированные орехи, уксус, консервы, фаст-фуд.

Ограничить употребление кофе, маргарина и масла из растительных жиров, жирного мяса и печень, алкоголя, сахар, соль, дрожжевой хлеб,

**Киста почки:** умеренное потребление белковой пищи, исключить из рациона раков, крабов, креветок, бобы, говядину и морскую рыбу – при метаболизме этих продуктов образуется большое количество мочевины, гуанидина, полиамина, креатинина. Диета аналогична применяемой при болезнях почек.

**Киста поджелудочной железы:** все разновидности бобовых (возникающие газы приносят боль при давлении на окружающие органы), белокочанная капуста [24] и груши [25] (опасны для железы содержанием дрововидной клетчатки), пшено (содержит много углеводов, частично откладывающегося в виде жира), табак, специи, томаты [26], алкоголь [27] (раздражают слизистую, провоцируя возникновение осложнения, опухоли, повышенное выделение сока).

### Литература

1. Тарантул, А., & Елисеева, Т. (2020). Яйцо куриное. *Журнал здорового питания и диетологии*, (11), 51-66. DOI: 10.59316/.vi11.65
2. Тарантул, А., & Елисеева, Т. (2021). Рис (лат. Oǵyza). *Журнал здорового питания и диетологии*, (15), 61-74. DOI: 10.59316/.vi15.98
3. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2019). Гречиха (лат. Faǵorǵum). *Журнал здорового питания и диетологии*, 1(7), 34-44. DOI: 10.59316/.vi7.37
4. Ямпольский, А., & Елисеева, Т. (2021). Овсянка. *Журнал здорового питания и диетологии*, (15), 43-60. DOI: 10.59316/.vi15.97
5. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2018). Лопух (Árctium). *Журнал здорового питания и диетологии*, (5), 2-10. DOI: 10.59316/.vi5.21
6. Ткачева, Н., & Елисеева, Т. (2023). Мед для здоровья человека – описание видов (40+), особенности и полезные свойства каждого, рекомендации по использованию. *Журнал здорового питания и диетологии*, (25). DOI: 10.59316/j.edaplus.2023.25.14
7. Ямпольский, А., & Елисеева, Т. (2020). Шиповник (лат. Rōsa). *Журнал здорового питания и диетологии*, (11), 67-77. DOI: 10.59316/.vi11.67
8. Шелестун, А., & Елисеева, Т. (2021). Пищевые дрожжи – что это такое и для чего нужны. *Журнал здорового питания и диетологии*, 4(18), 50-54. DOI: 10.59316/.vi18.144

9. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2019). Дрожжи – описание, польза, влияние на организм и лучшие источники. *Журнал здорового питания и диетологии*, (8). DOI: 10.59316/j.edpl.2019.8.20
10. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2017). Крапива (Urtica). *Журнал здорового питания и диетологии*, (1), 01-12. DOI: 10.59316/.vi1.1
11. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2017). Полынь (лат. Artemisia). *Журнал здорового питания и диетологии*, 1(1), 32-42. DOI: 10.59316/.vi1.4
12. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2018). Лопух (Árctium). *Журнал здорового питания и диетологии*, (5), 2-10. DOI: 10.59316/.vi5.21
13. Елисеева, Т., & Ямпольский, А. (2019). Грецкий орех (лат. Júglans régia). *Журнал здорового питания и диетологии*, 4(10), 2-14. DOI: 10.59316/.vi10.53
14. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2017). Валериана (лат. Valeriána). *Журнал здорового питания и диетологии*, 1(1), 42-51. DOI: 10.59316/.vi1.5
15. Ямпольский, А., & Елисеева, Т. (2020). Щавель (лат. Rútex). *Журнал здорового питания и диетологии*, (12), 37-47. DOI: 10.59316/.vi12.73
16. Ямпольский, А., & Елисеева, Т. (2020). Петрушка (лат. Petroselinum crispum). *Журнал здорового питания и диетологии*, (12), 2-12. DOI: 10.59316/.vi12.70
17. Сок петрушки—6 научно доказанных фактов пользы для организма. *Журнал здорового питания и диетологии*, 2(24), 37-41. DOI: 10.59316/j.edaplus.2023.24.6
18. Елисеева, Т., & Ямпольский, А. (2020). Рябина (лат. Sórbus). *Журнал здорового питания и диетологии*, 4(14), 27-38. DOI: 10.59316/.vi14.88
19. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2017). Ромашка (Matricária). *Журнал здорового питания и диетологии*, (1), 51-60. DOI: 10.59316/.vi1.6
20. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2017). Клевер (лат. Trifólium). *Журнал здорового питания и диетологии*, 2(2), 18-26. DOI: 10.59316/.vi2.9
21. Тарантул, А., & Елисеева, Т. (2020). Лук репчатый (лат. Állium séra). *Журнал здорового питания и диетологии*, (11), 25-36. DOI: 10.59316/.vi11.63
22. Ткачева, Н., & Елисеева, Т. (2021). Польза белых грибов—5 веских причин добавить суперфуд в свой рацион. *Журнал здорового питания и диетологии*, 3(17), 19-22. DOI: 10.59316/.vi17.115
23. Ямпольский, А., & Елисеева, Т. (2020). Облепиха (лат. Hippórphaë). *Журнал здорового питания и диетологии*, (14), 2-14. DOI: 10.59316/.vi14.86
24. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2018). Капуста белокочанная (лат. Brassica). *Журнал здорового питания и диетологии*, 4(6), 13-23. DOI: 10.59316/.vi6.28
25. Елисеева, Т., & Ямпольский, А. (2019). Груша (лат. Pýrus). *Журнал здорового питания и диетологии*, 3(9), 56-68. DOI: 10.59316/.vi9.51
26. Елисеева, Т., & Ткачева, Н. (2018). Томаты (Solánium lycopersicum). *Журнал здорового питания и диетологии*, (3), 31-40. DOI: 10.59316/.vi3.15
27. Елисеева, Т., & Шелестун, А. (2019). Каталог напитков (60+) – описание, полезные и опасные свойства каждого. *Журнал здорового питания и диетологии*, (8). DOI: 10.59316/j.edpl.2018.8.8

[HTML версия статьи](#)

Получено 08.06.2021

## **Cyst - signs and symptoms, useful and dangerous products, folk remedies**

Valentina Lazareva, general practitioner, nutritionist

*Eliseeva Tatyana*, editor-in-chief of the project EdaPlus.info

*E-mail:* lazareva.v@edaplus.info, eliseeva.t@edaplus.info

**Abstract.** Cyst is a pathology in the form of a tumor, which consists of walls and contents. Such a formation is possible in various tissues and places of the body, can be congenital or acquired. The very contents of the cyst and the structure of its wall differ depending on the method of formation and the location of the pathology.