

Кіста - ознаки та симптоми, корисні та небезпечні продукти, народні засоби

Лазарева Валентина, лікар-терапевт, нутриціолог

Єлісєєва Тетяна, головний редактор проекту EdaPlus.info

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

Реферат Кіста - патологія у вигляді пухлини, яка складається зі стінок та вмісту. Подібне утворення можливе в різних тканинах та місцях організму, буває вродженим або набутим. Сам вміст кісти та будова її стінки відрізняється в залежності від способу утворення та місця розташування патології.

Ключові слова: Кіста, опис, причини виникнення, види та симптоми, догляд, профілактика, лікування, корисні продукти, народні засоби, небезпечні продукти

Різновиди кісти:

1. Кіста істинна, з внутрішньою поверхнею, вистеленою епітелієм або ендотелією
2. Кіста хибна, без особливої підстилки

Причини виникнення кісти:

1. Кіста ретенційна — утворюється зазвичай у тканинах та залізистих органах внаслідок закупорювання протоки залози.
2. Ромаліційна кіста — освіта відбувається через омертвіння органу або тканинної ділянки.
3. Кіста травматична – наслідок травмування м'яких тканин.
4. Кіста паразитарна – тіло паразита в оболонці.
5. Кіста дизонтогенетична - вроджена освіта, що виникає при порушеннях у процесі формування тканин та органів на ранній стадії розвитку.

Симптоми виникнення кісти:

виникнення великих несправжніх кісток підшлункової залози може супроводжуватися тупими ниючими болями у верху живота, диспепсією, порушенням загального стану, періодичним підвищенням температури, появою пухлиноподібного формування в животі.

При кисті яєчника порушується менструальний цикл, з'являється тупий біль у низу живота, біль при менструації, відчуття нудоти. Збільшується обсяг живота, можливі біль у районі піхви.

Оскільки кіста утворюється у різних місцях організму, немає загальної, стандартної дієти при цьому захворюванні. Наводять деякі види хвороби, з рекомендованими та забороненими продуктами.

Корисні продукти при кісті

Кіста підшлункової залози - дозволені продукти:

борошняні вироби з борошна першого та другого сорту, несолодке печиво, несвіжий хліб, сухарі, прісна відварена або приготовлена на пару риба, м'ясо кролика або птиці, нежирна яловичина, телятина (м'ясо потрібно подрібнювати), суп сметани, нежирні кисломолочні продукти, молоко, прісний сир, варені яйця [1], рис [2], гречка [3], перловка, овес [4], обмежено – манка та пшенична каша.

Народні рецепти для лікування кісти:

- вичавлений сік листя лопуха [5] при кісті нирки приймають два місяці тричі на день до їди, також використовується кашка з лопуха;
- настойка із суглобників золотого вуса на горілці, приймати натще вранці, увечері за сорок хвилин до їди;
- порошок з осинової кори приймається тричі на день по половині столової ложки;
- зелений чай з добавкою меду [6] та молока, пити двічі на день;
- відвар коренів колючого шипшини [7], приймається по половині склянки двічі на день;
- свіжа брусниця разом із вершками, сметаною, медом;
- червоний корінь настоюється в термосі, і приймається тричі на день за годину до їди;
- настоянка омани з додаванням дріжджів [8,9]. Приймається тричі на день після їди;
- відвар наступних рослин: дводомна кропива [10], трироздільна низка, триколірна фіалка, полин [11], звіробій, корінь великого лопуха [12], піщаний безсмертник, листя волоського горіха [13], малий золототисячник, плоди жостеру, спориш, Корінь лікарської валеріани [14], корінь кінського щавлю [15]; заварювати в термосі, приймати кілька разів на день до їди;
- настоянка петрушки [16,17] приймається протягом дня потроху;
- спиртова настойка квіток акації білої, або її кори, приймати тричі на день по одній столовій ложці;
- відвар із перегородок волоських горіхів, приймати тричі на день по півсклянки;
- настій наступних трав: горобина звичайна [18], лікарська ромашка [19], манжетка, грицики, калінова кора, рожева родіола, собача кропива, настоюються в термосі, тричі на день приймається по чверті склянки;
- настоянка зі стебел та головок конюшини [20] – готується ввечері, випивається вдень;
- настоянка родзинок на горілці, прийом ведеться по столовій ложці перед їдою;
- цибулинний рецепт: середня цибулина [21] заливається медом цілком, потім із неї робиться тампон на ніч (рецепт використовується для лікування кісти піхви);
- настоянка, що готується з білих грибів [22] готується на горілці або спирті, і приймається двічі на день по чайній ложці.

Небезпечні та шкідливі продукти при кісті

копчені вироби, м'ясо та риба, оброблені хімікатами овочі, продукти з харчовими добавками (тартразин Е 102, борна кислота Е284, амарзант Е123, тетракарбонат натрію Е 285, глюконова кислота Е574, хлорид олова Е512,9ja2), запліснявілий хліб, підгнилий яблука, обліпіха [23], інші фрукти, плоди, овочі, ягоди, соки, джеми або варення, які приготовані з запліснялої сировини, кілька разів кип'ячена вода, соєвий соус, геномодифіковані горіхи, оцет, консерви, фуд.

Обмежити вживання кави, маргарину та олій з рослинних жирів, жирного м'яса та печінку, алкоголю, цукор, сіль, дріжджовий хліб,

Кіста нирки : помірне споживання білкової їжі, виключити з раціону раків, крабів, креветок, боби, яловичину та морську рибу – при метаболізмі цих продуктів утворюється велика кількість сечовини, гуанідину, поліаміну, креатиніну. Дієта аналогічна застосовуваний при хворобах нирок.

Кіста підшлункової залози: всі різновиди бобових (виникають гази приносять біль при тиску на навколишні органи), білокачанна капуста [24] і груші [25] (небезпечні для залози вмістом деревоподібної клітковини), пшоно (містить багато вуглеводів, що частково відкладається в, тютюн, спеції, томати [26], алкоголь [27] (підразнюють слизову оболонку, провокуючи виникнення ускладнення, пухлини, підвищене виділення соку).

Література

1. Тарантул, А., & Єлісєєва, Т. (2020). Куряче яйце. *Журнал здорового харчування та дієтології*, (11), 51-66. DOI: 10.59316/.vi11.65
2. Тарантул, А., & Єлісєєва, Т. (2021). Рис (лат. *Orýza*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (15), 61-74. DOI: 10.59316/.vi15.98
3. Єлісєєва, Т., & Ткачова, Н. (2019). Гречка (лат. *Fagorytum*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, 1 (7), 34-44. DOI: 10.59316/.vi7.37
4. Ямпільський, А., & Єлісєєва, Т. (2021). Вівсянка. *Журнал здорового харчування та дієтології*, (15), 43-60. DOI: 10.59316/.vi15.97
5. Єлісєєва, Т., & Ткачова, Н. (2018). Лопух (*Árctium*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (5), 2-10. DOI: 10.59316/.vi5.21
6. Ткачова, Н., & Єлісєєва, Т. (2023). Мед для здоров'я людини – опис видів (40+), особливості та корисні властивості кожного, рекомендації щодо використання. *Журнал здорового харчування та дієтології*, (25). DOI: 10.59316/j.edaplust.2023.25.14
7. Ямпільський, А., & Єлісєєва, Т. (2020). Шипшина (лат. *Rosa*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (11), 67-77. DOI: 10.59316/.vi11.67
8. Шелестун, А., & Єлісєєва, Т. (2021). Харчові дріжджі - що це таке і для чого потрібні. *Журнал здорового харчування та дієтології*, 4 (18), 50-54. DOI: 10.59316/.vi18.144
9. Єлісєєва, Т., & Ткачова, Н. (2019). Дріжджі – опис, користь, вплив на організм та найкращі джерела. *Журнал здорового харчування та дієтології*, (8). DOI: 10.59316/j.edpl.2019.8.20
10. Єлісєєва, Т., & Ткачова, Н. (2017). Кропива (*Urtíca*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (1), 01-12. DOI: 10.59316/.vi1.1
11. Єлісєєва, Т., & Ткачова, Н. (2017). Полин (лат. *Artemísia*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, 1 (1), 32-42. DOI: 10.59316/.vi1.4

12. Єлісеєва, Т., & Ткачова, Н. (2018). Лопух (*Árctium*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (5), 2-10. DOI: 10.59316/.vi5.21
13. Єлісеєва, Т., & Ямпільський, А. (2019). Волоський горіх (лат. *Júglans régia*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, 4 (10), 2-14. DOI: 10.59316/.vi10.53
14. Єлісеєва, Т., & Ткачова, Н. (2017). Валеріана (лат. *Valeriana*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, 1 (1), 42-51. DOI: 10.59316/.vi1.5
15. Ямпільський, А., & Єлісеєва, Т. (2020). Щавель (лат. *Rúmex*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (12), 37-47. DOI: 10.59316/.vi12.73
16. Ямпільський, А., & Єлісеєва, Т. (2020). Петрушка (лат. *Petroselinum crispum*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (12), 2-12. DOI: 10.59316/.vi12.70
17. Сік петрушки-6 науково доведений фактів користі для організму. *Журнал здорового харчування та дієтології*, 2 (24), 37-41. DOI: 10.59316/j.edaplust.2023.24.6
18. Єлісеєва, Т., & Ямпільський, А. (2020). Горобина (лат. *Sórbus*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, 4 (14), 27-38. DOI: 10.59316/.vi14.88
19. Єлісеєва, Т., & Ткачова, Н. (2017). Ромашка (*Matricária*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (1), 51-60. DOI: 10.59316/.vi1.6
20. Єлісеєва, Т., & Ткачова, Н. (2017). Конюшина (лат. *Trifólium*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, 2 (2), 18-26. DOI: 10.59316/.vi2.9
21. Тарантул, А., & Єлісеєва, Т. (2020). Цибуля ріпчаста (лат. *Állium cépa*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (11), 25-36. DOI: 10.59316/.vi11.63
22. Ткачова, Н., & Єлісеєва, Т. (2021). Користь білих грибів – 5 вагомих причин додати суперфуд у свій раціон. *Журнал здорового харчування та дієтології*, 3 (17), 19-22. DOI: 10.59316/.vi17.115
23. Ямпільський, А., & Єлісеєва, Т. (2020). Обліпіха (лат. *Híppórphaë*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (14), 2-14. DOI: 10.59316/.vi14.86
24. Єлісеєва, Т., & Ткачова, Н. (2018). Капуста білокачанна (лат. *Brassica*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, 4 (6), 13-23. DOI: 10.59316/.vi6.28
25. Єлісеєва, Т., & Ямпільський, А. (2019). Груша (лат. *Pyrus*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, 3 (9), 56-68. DOI: 10.59316/.vi9.51
26. Єлісеєва, Т., & Ткачова, Н. (2018). Томати (*Solánum lycorérsicum*). *Журнал здорового харчування та дієтології*, (3), 31-40. DOI: 10.59316/.vi3.15
27. Єлісеєва, Т., & Шелестун, А. (2019). Каталог напоїв (60+) – опис, корисні та небезпечні властивості кожного. *Журнал здорового харчування та дієтології*, (8). DOI: 10.59316/j.edpl.2018.8.8

[HTML версія статті](#)

Отримано 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@edaplust.info, eliseeva.t@edaplust.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.