

Povećana slezena - uzroci, simptomi i liječenje

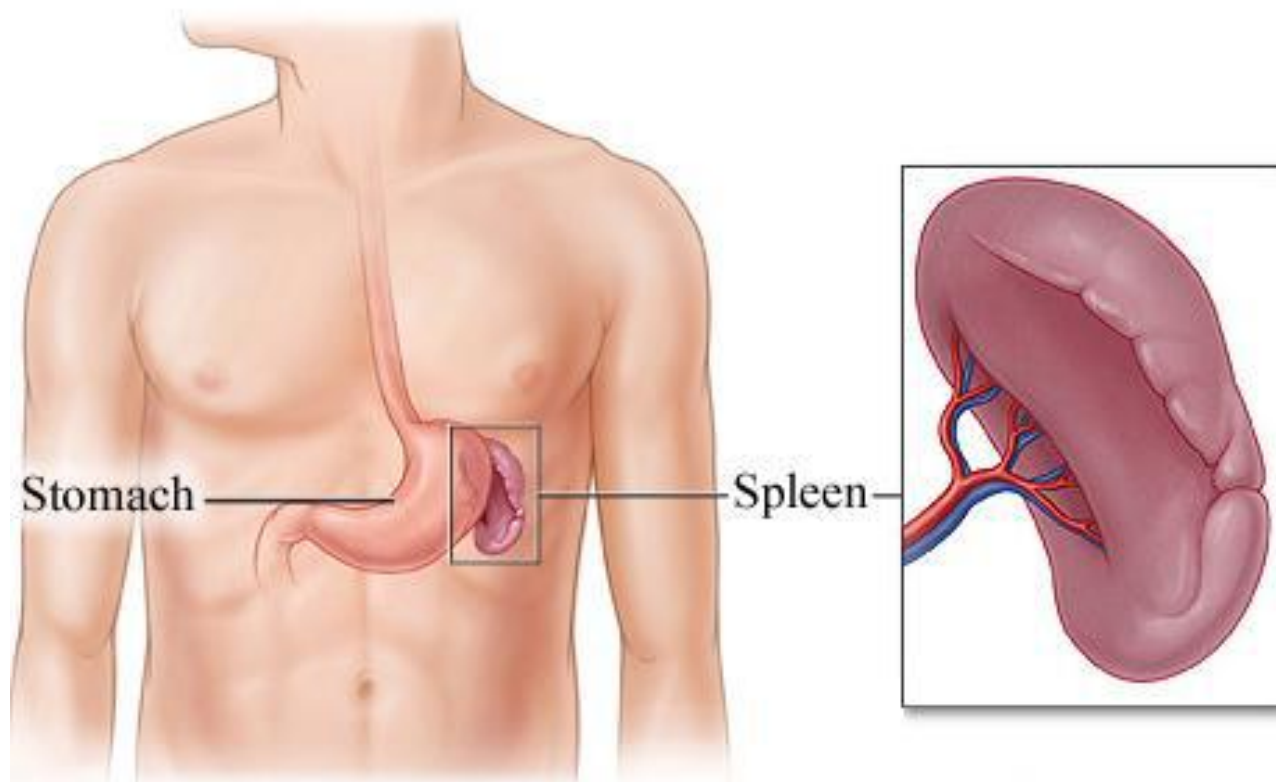


Položaj **slezene** je odmah **ispod** rebara na **lijevoj** strani. Slezena je mekan, **spužvasti** organ koji se može lako oštetiti. Između ostalog, funkcija slezene je stvaranje limfocita, filtriranje i uništavanje starih i oštećenih krvnih stanica.

Slezena igra ključnu ulogu u sprječavanju infekcija, odnosno **brani** naš organizam. **Povećana slezena** (upala slezene) utječe na svaku od tih vitalnih funkcija. Splenomegalija odnosno povećana slezena može smanjiti broj crvenih i bijelih krvnih stanica.

Kada slezena ukloni previše crvenih krvnih stanica - najčešće dolazi do [anemije](#).

Većina ljudi **nema simptome** povećane slezene. Problem se često otkrije tijekom **rutinskog pregleda**, kod nekih pacijenata je simptom **bolna slezena** odnosno bol u tom području, ali većina pacijenata ne povezuje bol sa slezenom. Povećana slezena može se otkriti i rendgenskom snimkom trbuha te **magnetskom rezonancom**. Ako imate povećanu slezenu, vaš liječnik će vjerojatno zatražiti snimanja i pretrage krvi kako bi se utvrdio uzrok.



Uzroci povećane slezene

Mnoge infekcije i bolesti mogu doprinijeti nastanku **povećane slezene**. Učinak na vašu slezenu može biti samo privremen, ovisno o tome koliko dobro napreduje liječenje. Čimbenici koji pridonose nastanku povećane slezene uključuju :

- Virusne infekcije - kao što je [mononukleoza](#).
- Bakterijske infekcije - kao što je [sifilis](#).
- Parazitske infekcija
- Policitemiju
- Sarkoidozu
- Talasemiju
- Lupus
- [Ciroze](#) i druge bolesti koje utječu na jetru.
- Različiti tipovi hemolitičkih [anemija](#) - stanje karakterizirano preranim uništenjem crvenih krvnih stanica krvi.
- Karcinomi, leukemije i limfomi, kao što je Hodgkinova bolest.
- [Metabolički poremećaji](#)
- Pritisak na vene u slezeni ili jetri ili ugrušak krvi u tim venama.

Simptomi povećane slezene

U nekim slučajevima simptomi izostanu, a ako se pojave, najčešći su:

- Bol u lijevom gornjem dijelu trbuha koja se može širiti u lijevo rame.
- Osjećaj sitosti bez hrane ili nakon unosa samo male količine hrane - to se može dogoditi kada povećana slezena pritišće trbuh.
- [Anemija](#)
- [Umor](#)
- Česte infekcije



Splenektomija (odstranjivanje slezene)

Povećana slezena (upala slezene) može prsnuti zbog ozljede. Upravo zbog tog razloga kao i onog da slezena nije jedan od bitnijih organa, liječnik vam može savjetovati **odstranjivanje** povećane slezene. Stručni naziv za odstranjivanje povećane slezene je splenektomija.

Splenektomija može biti i dio **dijagnostičkih** postupaka ako se radi o nekom krvnog oboljenju. Odstranjivanje slezene je **velika**, ali razmjerno **sigurna** operacija. Odsutnost slezene ne izaziva probleme, budući da većinu slezeninih funkcija preuzimaju **limfne žlijezde** u drugim dijelovima tijela.

Operacija se izbjegava kada su u pitanju mala **djeca**, jer u tom slučaju djeca **gube otpornost** na sve moguće infekcije. Otvorena splenektomija (klasična operacija) traje oko **90 minuta**, dok laparoskopska traje nešto duže, ali je manje invazivna. Najčešća komplikacija je **unutarnje krvarenje**.

Liječenje povećane slezene

Ako je **uzrok** povećane slezena (upala slezene) identificiran, liječenje se usredotočuje na temeljni problem. Na primjer, ako imate bakterijsku infekciju, tretman uključuje **antibiotike**.

Ako povećana slezena uzrokuje ozbiljne komplikacije ili se temeljni problem ne može identificirati ili liječiti, **kirurško uklanjanje** vaše slezene može biti opcija. U stvari, u kroničnim ili kritičnim slučajevima uklanjanje nudi najbolju nadu za oporavak.

Možete živjeti aktivan život bez slezene, ali tada ste osoba koja je u **većoj opasnosti** prilikom oboljenja od infekcija. Dokazano je da se tijelo osobe koja živi bez slezene **teže bori** protiv infekcija.



Slezena - liječenje biljem i prehrana

Najbolji lijek povećane slezene je prevencija - smanjenje rizika od infekcija koje uzrokuju kako naticanje limfnih čvorova tako i povećanja slezene. **Jedite mnogo namirnica koje jačaju imunitet**, to su uglavnom namirnice bogate:

- **Folnom kiselinom** - jetra, integralne žitarice, zeleno lisnato povrće, jezgričasto voće, kvasac.
- **Flavonoidima** - luk, salata, bosiljak, brusnica, češnjak, kelj, špinat, šparoge, komorač, soja, crveni grah.
- **Bakrom** - jetra, bubrezi, meso, školjke, borovnice šljive, višnje, trešnje, grožđe, biber, grašak, grah, žitarice, kvasci, masline, čokolada.
- **Jodom** - riba, alge, školjke i drugi plodovi mora.
- **Željezom** - nemasno crveno meso, riba (srdele), jaja, žitarice, bučine sjemenke, sezam, chia sjemenke, špinat, blitva, kelj, brokula, prokulica, kupus, grah, grašak.
- **Ograničite konzumaciju** rafiniranih ugljikohidrata (šećer, bijelo brašno).
- **Redovito vježbajte** kako biste ojačali imunitet.

- **Izbjegavajte** [alkohol](#), duhan i kofeinske proizvode.
- Svaki dan pojedite malo sirova [češnjaka](#), češnjak je **prirodni antibiotik**.
- Konzumirajte biljni lijek crvenu pupavicu ([echinaceu](#)), kozlinac ili gljive shiitake, te ekstrakt bazgina cvijeta ili pečatnjaka za borbu protiv infekcije.
- Za bolove u tbuhu možete koristiti čaj od **kamilice**, čaj od **peršinovih sjemenki**, čaj ili kapsule [paprene metvice](#).
- Ako imate grlobolju koja je posljedica infekcije i pritom imate povećanu slezenu, grgljajte tri do šest puta dnevno čajem od [majčine, dušice](#), pečatnjaka ili mire.