**Дисфункция жёлчного пузыря**

Это наиболее распространённая патология заболеваний жёлчного пузыря и жёлчевыводящих путей. Дисфункция бывает первичной и вторичной. Расстройства нервно-гуморальных механизмов ведут к развитию первичной дисфункции. Чаще встречаются вторичные дисфункции, которые бывают при заболевании органов желудочно-кишечного тракта. Диагноз дисфункции ставится в случаях, когда в течение трёх месяцев больного беспокоят характерные боли.

 Для дисфункции жёлчного пузыря характерны боли в правом подреберье, постоянные или приступами. Кроме диетических погрешностей , провоцировать боли могут психоэмоциональные и физические нагрузки. Кроме болей, могут наблюдаться нарушения сна, стула, тошнота, иногда рвота, головные боли, потливость, сердцебиение, иногда повышение температуры тела.

 Во время обострений рекомендуется щадящий режим, частое, дробными порциями питание, что способствует отхождению жёлчи. Рекомендуется преимущественно питание с достаточным количеством белков, ограничение жиров. Ежедневно необходимо употреблять молочные продукты, рыбу, из жиров — сливочное масло и растительные масла. Плохо усваивается сдоба, шоколад, бобовые, желток яйца, жирные сорта мяса.

Противопоказано употребление мороженого, уксуса, горчицы, хрена, бобовых грибов, копчёностей, колбасных изделий, кофе и какао.
 В целях проведения первичной и вторичной профилактики и лечения заболеваний жёлчевыводящей системы, рекомендуется использовать комплекс немедикаментозной и медикаментозной терапии, уменьшающий литогенность жёлчи, регулирующий моторику желчного пузыря, своевременное выделение желчи.

Важно принимать пищевые волокна, которые способствуют поддержанию микрофлоры кишечника, выздоровлению и восстановлению морфологии и функции жёлчевыводящей системы.

 Если комплекса мероприятий по налаживанию правильного образа жизни, регулярного здорового питания недостаточно ,необходимо обратиться к врачу для дообследования и рекомендаций по лечению.