

## Bölüm 27

# PEDİATRİDE MİDE KORUMA DİYETİ

Meryem KEÇELİ BAŞARAN<sup>1</sup>

### SİNDİRİM SİSTEMİ

Sindirim sistemi; ağızdan anüse kadar uzanan ve alınan gıdaların sindirilerek vücuda alınmasını sağlayan organlar bütünüdür. Ağızdan alınan gıdalar tükürük salgısının da yardımıyla ve çiğnenerek daha küçük parçalara ayrılır ve yemek borusu vasıtası ile mideye alınır.

Mide ile yemek borusunun birleşim yerinde halk arasında mide kapakçığı olarak da bilinen yemek borusu sfinkteri bulunmaktadır. Bu sfinkteri diafragma dediğimiz kas yapısının lifleri oluşturmaktadır. Reflü dediğimiz mideden yemek borusuna gıdaların ve mide salgısının geri kaçışına engel olmaktadır. Bazı kişilerde bu sfinkter yapısının gevşek olması halk dilinde mide kapakçığı zayıflığı olarak ifade edilmekte ve tekrarlayan reflü ataklarına yol açmaktadır. Mide yüzeyi ise mukoza denilen özel hücre tabakası ve mukus ile kaplıdır. Mide sindirim enzimlerinin salgılandığı, gıdaların bulamaç haline gelip sindirim işlemine tabi tutulduğu yerdir. Aynı zamanda asidik Ph'a sahip olan mide bu özelliği ile sindirim enzimlerinin aktif olmasını sağlayıp sindirimi kolaylaştırdığı gibi enfeksiyonlara karşı da koruyucu bir görev üstlenmektedir.

Midede salgılarla karışan içerik yarı sulu hale gelerek mide kasılmaları ile oniki parmak barsağına aktarılır. Oniki parmak barsağı mideden farklı olarak alkali bir ortama sahiptir ve gıdalar burada tekrar sindirim enzimleri ile karşılaşır. Oniki parmak barsağında gıdaların pankreas ve safra salgılarının da yardımı ile daha küçük yapı taşlarına ayrılması gerçekleşir. Sonrasında diğer ince barsak bölümlerinde sindirim ve emilimin tamamlanması ile ince barsak içeriği kalın barsağa aktarılır. Burada da su ve minerallerin emilmesi ile ortaya çıkan dışkı kalın barsakta depolanır ve gerektiğinde dışarı atılır. (şekil 1).

<sup>1</sup> Uzm.Dr., Gaziosmanpaşa Eğitim Arş.Hastanesi,meryem.keceli07@yahoo.com

- Salam, sucuk ve sosis gibi işlenmiş, yağlı ve baharatlı şarküteri ürünlerinden uzak durulmalı
- Tuzlu gıdalar ülseri arttırabileceği ve iyileşmeyi olumsuz etkileyebileceği için az tuzlu ve mümkünse tuzsuz besinler tüketilmeli
- Üzüntü ve heyecandan kaçınılmalı
- Yemekten hemen sonra en az 1 saat dinlenilmeli
- Çok sıcak ve soğuk gıdalardan kaçınılmalı
- Yemekler ağızda iyi çiğnenmeli ve diş çürüğü varsa tedavi edilmeli
- Tuzsuz ve az yağlı beyaz peynir, kaymaksız süt, haşlanmış yumurta, açık çay, bal, pirinç pilavı ve lapası, şehriye çorbası, ev yapımı az şekerli komposto, taze yoğurt, sütlaç, muhallebi, haşlama makarna, haşlama patates, patates püre, sebzeli köfte, ızgara köfte, ızgara balık, haşlama et, haşlama tavuk, buğulama balık, olgun muz, ayran, taze kabak dolma, taze fasulye yemeği, yeşil sebze yemekleri (brokoli, semiz otu, ıspanak gibi) örnek olarak yenilebilecek gıdalar arasındadır.

## **KAYNAKÇA**

1. Gold BD, Blecker U. Gastritis and ulcers in children. In: Wyllie R, Hyams JS (eds). Pediatric Gastrointestinal Disease. Philadelphia, W.B. Saunders Company, 1999; 221-43
2. Salama NR, Hartung ML, Müller A. Life in the human stomach: persistence strategies of the bacterial pathogen *Helicobacter pylori*. Nat Rev Microbiol 2013;11:385-99
3. Furuta T, Shirai N, Xiao F, et al. Effect of *Helicobacter pylori* infection and its eradication on nutrition. Aliment Pharmacol Ther 2002;16:799-806
4. Dutta AK, Chacko A, Balekuduru A (2012) Time trends in epidemiology of peptic ulcer diseases in India over two decades. India J Gastroenterol 31:111-115
5. Leow AH, Lim YY, Liew WC, Goh KL. Time trends in upper gastrointestinal diseases and *Helicobacter pylori* infection in a multiracial Asian population – a 20-year experience over three time periods. Aliment Pharmacol Ther. 2016;43:831-837
6. Mitchell HM, Bohane TD, Tobias V, et al. *Helicobacter pylori* infection in children: potential clues to pathogenesis. J Pediatr Gastroenterol Nutr 1993; 16:120-5.
7. Kanno T, Iijima K, Abe Y, et al. A multicenter prospective study on the prevalence of *Helicobacter pylori*-negative and nonsteroidal antiinflammatory drugs-negative idiopathic peptic ulcers in Japan. J Gastroenterol Hepatol. 2015;30:842-848.
8. Kurata JH, Nogawa AN. Meta-analysis of risk factors for peptic disease: nonsteroidal antiinflammatory drugs, *Helicobacter pylori*, and smoking. J Clin Gastroenterol 1997; 24:2-17.
9. Hirschowitz BI. Zollinger-Ellison syndrome: pathogenesis, diagnosis and management. Am J Gastroenterol 1996; 92:445-85.
10. Ruuska T, Vaajalahti P, Arajärvi P, Maki M. Prospective evaluation of upper gastrointestinal mucosal lesions in children with ulcerative colitis and Crohn's disease. J Pediatr Gastroenterol Nutr 1994; 19:181-6.
11. Sherman PM. Peptic ulcer disease in children. Gastroenterol Clin North Am 1994; 23:707-25.
12. Erkan T, Kutlu T, Çullu F, Göksel S, Tümay GT. Peptik ülserli olguların retrospektif dökümü. Cerrahpafla J Med 1998; 29:84-8.
13. Prieto G, Polanco I, Larrauri J, et al. *Helicobacter* infection in children: clinical, endoscopic, and histologic correlations. J Pediatr Gastroenterol Nutr 1992; 14:420-5.

14. Oderda G, Vaira D, Dell'Olio D, et al. Serum pepsinojen I and gastrin concentrations in children positive for *Helicobacter pylori*. *J Clin Pathol* 1990; 43:762-5.
15. Sostres C, Carrera-Lasfuentes P, Benito R, et al. Peptic ulcer bleeding risk. The role of *Helicobacter pylori* Infection in NSAID/Low-dose aspirin users. *Am J Gastroenterol*. 2015;110:684–689
16. Monkemuller K, Neumann H, Nocon M, et al. Serum gastrin and pepsinogens do not correlate with the different grades of severity of gastro-oesophageal reflux disease: a matched case-control study. *Aliment Pharmacol Ther* 2008; 15: 491-6.
17. Rasquin-Weber A. Disorders of the stomach and duodenum. In: Roy CC, Silverman A, Alagille D (eds). *Pediatric Clinical Gastroenterology*. St Louis, Mosby-Year Book Inc, 1995; 174-215.
18. Wang YR, Richter JE, Dempsey DT. Trends and outcomes of hospitalizations for peptic ulcer disease in the United States, 1993 to 2006. *Ann Surg* 2010;251:51-58.
19. H. Korhonen, Milk-derived bioactive peptides: From science to applications. *J. Funct. Foods*. 1 (2009) 177-187.