# 22. Diarré og obstipation

Diarré:

* meget hyppig forekomst af afføring typisk af tynd og løs eller vandig konsistens
* kan være akut eller kronisk
* diarré er typisk ledsaget af kvalme og opkast der bliver stimuleret af infektion eller inflammation af fordøjelseskanalen samt af krampagtig smerte
* der findes forskellige typer af diarré:
  + large-volume diarré (sekretorisk eller osmotisk): leder til vandig afføring og er et resultat af øget sekretioner ind i tarmene fra plasmaet, ofte relateret til infektioner der hæmmer reabsorptionen eller til øget osmotisk tryk af tarmindholdet hvorfor det holder på vandet, laktose intolerans er en hyppig årsag til osmotisk diarré da laktose forbliver i førdejelseskanalen hvorved det osmotiske tryk på tarmindholdet stiger
  + small-volume diarré: forekommer ofte i individer med inflammatoriske tarm-sygdomme, afføring kan indeholde blod og mukus og pus, diarreen kan ledsages af abdominale kramper og hurtig afføringsrefleks
  + Steatorrhea/”fedt diarré”: kendetegnet ved hyppigt forekommende fedtet og løs afføring ofte med en modbydelig lugt, denne type afføring er karakteristisk for fejlernærings syndrom (fx cystisk fibrose) hvor føden ikke fordøjes eller absorberes, fedt er ofte den første fødekomponent der påvirkes (ikke kan nedbrydes) hvorfor der forekommer ufordøjet fedt i fordøjelseskanalen som forstyrrer fordøjelsen af andre nærringsstoffer, maven er ofte udspilet fordi fødemassen forbliver i tarmene
* blod kan forekomme i normal afføring, ved diarré eller forstoppelse eller ved inflammatoriske tilstande:
  + frank blod; rødt blod på overfladen af afførringen, blodet stammer som regel fra læsioner i rectum eller analkanalen – fx hæmorider
  + okkult blod; små skjulte mængder blod der ikke er synlige for det blotte øje men kan påvises ved afføringstests, blødningen kan skyldes små ulcers i ventriklen eller tarmen
  + melena blod; mørkt afføring som resultat af en blødning i den højere beliggende del af fordøjelseskanalen – hæmoglobinen er blevet påvirket af interstitielle bakterier hvorfor det er mørkt i farven
* gas udvikles i fordøjelseskanalen pga. slugt luft og nedbrydende eller bakteriel aktivitet på føden, store mængder gas i fordøjelseskanalen kan resultere i en bøvs, abdominal udspilning eller ubehag eller flatus/tarmluft der udskilles via anus
* svær eller forlænget diarré kan lede til dehydrering, elektrolytubalance (da elektrolytter tabes), acidose (tab af bikarbonat fra duodenale sekretioner) og fejlernæring

Obstipation - forstoppelse:

* tarmmønstre er forskellige for forskellige individer afhængig af faktorer som diæt og aktivitet hvorfor anormaliteter er relativ ift. det enkelte individs normale mønster
* obstipation er en tilstand hvor der forekommer mindre tarmbevægelse end normalt hvilket resulterer i små hårde afføringsklumper
* kan være et akut eller kronisk problem
* i nogle individer forekommer der perioder med skiftende diarré og obstipation – i disse tilfælde vil tømning af tarmen ved diarreen lede til mindsket peristaltisme hvilket resulterer i øget tid for reabsorption af væske hvorfor tør og hård fæces opstår
* denne tørre afføring irriterer den interstitielle mukosa og leder til inflammation og øget sekretionsmængde – når først den hårde afføring er udskilt vil en periode med diarré følge
* årsager til obstipation inkluderer:
  + øget alder og svækkelse af glatmuskulaturen i tarmene
  + utilstrækkelig fibre i kosten – leder til mindre masse i tarmen og mindsket peristaltisme
  + utilstrækkeligt væskeindtag
  + manglende respons på afføringsreflekser pga. smerte eller ubelejlig timing (hvis man holder sig)
  + inaktivitet
  + neurologiske lidelser
  + medikamenter der sænker peristaltismen
  + obstruktion pga. tumorer eller forsnævringer – sænker passagen og forårsager overdreven reabsorption af væske
* kronisk obstipation kan lede til dannelse af hæmorider eller divertikler – forekommer frank blod
* svær obstipation kan lede til impaction (tilbageholdelse af fæces i rectum og colon) og interstitiel obstruktion