

افزایش باد و گاز در دستگاه گوارش

شکایت از زیاد بودن گاز و باد در دستگاه گوارش بسیار شایع است. در این قسمت می خواهیم توضیح دهیم که این علائم چگونه ایجاد میشود و این همه باد از کجا می آید. امیدوارم خواندن این مطالب به شما کمک کند تا سلامتی خود را باز یابید.

دستگاه گوارش یک لوله عضلانی است که از مری تا مقعد ادامه دارد و حدود 200 سی سی گاز در آن وجود دارد. اما در هر روز حدود 400 تا 2000 سی سی گاز به شکل باد از مقعد خارج میشود.

گاز یا باد دستگاه گوارش چیست؟

بیش از 90٪ باد دستگاه گوارش از 5 گاز نیتروژن، اکسیژن، دی اکسید کربن، هیدروژن و متان تشکیل میشود. 10٪ باقیمانده، مقادیر اندکی از سایر گازها می باشد.

باد دستگاه گوارش از کجا می آید؟

نیتروژن و اکسیژن از هوایی که بلع میشود، ناشی می گردند. دی اکسید کربن از تعامل اسید معده و بیکربنات در صفرا و شیره لوزالمعده ایجاد می گردند. این گازها به روده باریک می روند و در آنجا بیشتر اکسیژن و دی اکسید کربن جذب خون میشوند ولی نیتروژن جذب نشده و به روده بزرگ می رسد.

روده باریک جایی است که غذایی که ما می خوریم در آنجا هضم شده و مواد لازم جذب خون می گردند. مواد باقیمانده مانند فیبرهای غذایی و بعضی کربو هیدراتها به روده بزرگ می روند.

کولون حاوی مقادیر بسیار زیادی از انواع مختلف باکتریهایی است که برای سلامت ما ضروری هستند و باعث تخمیر مواد باقیمانده ای هستند که از طریق روده باریک تحویل روده بزرگ شده اند. در این فرآیند، مقادیر زیادی هیدروژن، متان، دی اکسید کربن و سایر گازها، تولید میشوند. بیشتر این گازها، جذب خون شده و از طریق تنفس خارج میشوند ولی باقیمانده آنها به شکل باد از مقعد خارج میشوند.

شکایت‌هایی که مربوط به افزایش باد شکم می‌باشند می‌توانند خود را به شکل علائمی در دستگاه گوارش فوقانی یا تحتانی نشان دهند. اگر از بالای دستگاه گوارش به سمت پائین بیائیم، این علائم شامل آروغ زدن، نفخ و غرغرشکم، و دفع زیاد باد و گاز از مقعد می‌باشند که هر یک جداگانه توضیح داده خواهند شد.