

Πώς θα καταλάβετε αν το συκώτι σας λειτουργεί σωστά;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ένα «αθόρυβο» όργανο, που όμως επιτελεί σημαντικό έργο στον οργανισμό μας, το συκώτι, βάλλεται από πληθώρα βλαβερών ουσιών. Δείτε, πώς θα καταλάβετε αν λειτουργεί σωστά.

Αποθήκη βιταμινών και μετάλλων, παραγωγή πρωτεϊνών, αποτοξίνωση του οργανισμού, χώνεψη τροφής, είναι μερικές από τις πολύτιμες λειτουργίες του συκωτιού μας.

Και καθώς ο πόνος στο συκώτι είναι μάλλον ασυνήθιστος, όπως αναφέρουν οι ειδικοί, θα πρέπει να γνωρίζουμε τις ενδείξεις εκείνες που θα μας θορυβήσουν και θα αναζητήσουμε ιατρική συμβουλή.

-Δερματικές αλλαγές:

Πρόκειται για μια σημαντική ένδειξη προβλήματος που δεν θα πρέπει να αγνοήσουμε. Είτε πρόκειται για αποχρωματισμό δέρματος που παίρνει μια κιτρινωπή απόχρωση είτε για τα νύχια ή τα ακροδάχτυλα που σταδιακά κιτρινίζουν, η αιτία ίσως θα πρέπει να αναζητηθεί στο συκώτι που αδυνατεί να αποβάλει τις τοξίνες και συσσωρεύει μια ουσία, τη χολυλεθρίνη κάτω από το

δέρμα, με αποτέλεσμα να κιτρινίζει.

-Φαγούρα στο δέρμα:

Οι ειδικοί αναφέρουν πως η υπερευαισθησία στο δέρμα που εκδηλώνεται με έντονη φαγούρα που χειροτερεύει με την πάροδο του χρόνου, μπορεί να υποδηλώνει προβλήματα στο συκώτι.

-Ούρα:

Προβλήματα στο συκώτι μπορεί να υποδηλώνει και το χρώμα των ούρων που μπορεί να είναι πολύ πιο σκούρο από το συνηθισμένο καθώς και των κοπράνων.

-Ναυτία και εμετοί:

Αν η ναυτία και οι εμετοί σας ταλαιπωρούν χωρίς εμφανή λόγο, τότε ίσως θα πρέπει να αναζητήσετε την αιτία στο συκώτι σας.

-Αίσθημα κόπωσης:

Αν νιώθετε συχνά κουρασμένοι ακόμη και αν έχετε κοιμηθεί καλά, ενδεχομένως, θα πρέπει να το συζητήσετε με τον γιατρό σας καθώς ένα υποτονικό συκώτι δημιουργεί μια μόνιμη κόπωση.

-Προβλήματα κοιλιακής φύσεως:

Ίσως εκδηλώνονται ως κράμπες ή πόνοι στην κοιλιά, αέρια ή και έντονο πρήξιμο. Συνήθως, τα συμπτώματα αυτά γίνονται πιο έντονα όσο χειροτερεύει και η κατάσταση στο συκώτι μας.

Πηγή: [.clickatlife.gr](http://clickatlife.gr)