

NEHÉZLÉGZÉS,
MELLKASI
SZORÍTÁS, ÉGŐ
ÉRZÉS A HAS FELSŐ
RÉSZÉN. A FELSOROLT
TÜNETEK KÖNNYEN
ÖSSZETÉVESZTHETŐEK A
SZÍVINFARKTUS JELELVEL,
SOK ESETBEN MÉGSEM
KARDIOLÓGIAI BETEGSÉG
ÁLL A PANASZOK
HÁTTÉRÉBEN. A GERD,
VAGY KÖZISMERTEBB
NEVÉN REFLUX A
GYOMOR BETEGSÉGE,
ROSSZ TÁPLÁLKOZÁSI
SZOKÁSOK, DOHÁNYZÁS
VAGY TÚLZOTT
MÉRTÉKŰ STRESSZ IS
VEZETHET A TÜNETEK
MEGJELENÉSÉHEZ.

SZORÍTÓ ÉRZÉS

gyomortájon

GYOMORÉGÉS: NÉPBETEGSÉG

„A gasztroenterológiai rendeléseken előforduló leggyakoribb panaszok egyike a gyomorégés. Szerencsés, ha a betegek szakorvoshoz fordulnak a probléma kezelésével, sokan ugyanis többnyire házilag, gyomorsav-lekötő szerek szedésével igyekeznek orvosolni a problémát” – számolt be tapasztalatairól dr. Hidvégi Edit egyetemi adjunktus, a Budai Allergiaközpont gasztroenterológusa.

Az öngyógyítás azonban ez esetben sem kifizetődő. Egyrészt, mert a recept nélkül kapható gyomorégés enyhítésére szolgáló szerek csak meghatározott dózisban és ideig szedhetők, így segítségükkel tartós javulás nem érhető el. Másrészt a gyomorégés hátterében számos probléma, szervi elváltozás is állhat, melyek kezelése nélkül a panaszok nem szüntethetők meg véglegesen.

SÜLYOS SZÖVŐDMÉNY

Reflux betegségben az égő érzést a nyelőcsőbe visszajutó gyomortartalom okozza. A panaszok a nyelőcső és a gyomor

közötti záróizom gyengesége miatt alakulnak ki, mely csecsemőkorban még természetes, és a gyermek fél-, egyéves korára rendszerint megszűnik. Felnőttkorban a gyomor záróizmának gyengülését fokozhatja a túlzott alkoholfogyasztás, dohányzás és a stressz is. A kezeletlen gyomorégés tünetei idővel rosszabbodhatnak.

Amennyiben az állapot tartósan fennáll, a savas gyomortartalom károsíthatja a nyelőcső nyálkahártyáját, ami normálisan csak a semleges vegyhatást tűri. Így a nyelőcsőben fekélyes elváltozás alakulhat ki. Ez már a reflux betegség súlyos formáját jelenti. Hosszú ideig tartó erős savas-maró hatás a gyomor nyálkahártyáján is károsodást válthat ki, melynek a következménye a gyomorfekély. Amikor a savas gyomornedv pH-ja a nyombélbe érve sem válik semlegessé, akkor hozza létre a nyombélfekélyt.

SZÜKSÉGES VIZSGALATOK

A reflux eszközös vizsgálatokkal – gyomortükrözés és 24 órás nyelőcső pH-mérés – igazolható. Kevésbé használható a hasi ultrahang vizsgálat, de egyéb eredetű hányásos, hasfájásos panaszok kizárása miatt elengedhetetlen ennek elvégzése is. A gyomortáji panaszok kapcsán, különösen, ha azok hasmenéssel, puffadással társulnak, felmerülhet az ételallergia vagy ételintolerancia

gyanúja is. Ez esetben allergiavizsgálatra is sor kerülhet. A gyomorfekély kialakulásában a *Helicobacter pylori* nevű baktériummal történő fertőzés is szerepet játszhat. Amennyiben a problémát valóban fertőzés okozza, kombinált antibiotikus kezelés jelenti a megoldást.

VÁLTOZTASSON ÉLETMÓDJÁNI!

A reflux kezelésében kiemelt figyelmet kell fordítanunk a helyes táplálkozásra. Enyhe esetben elegendő lehet a táplálkozással bevitt károsító anyagok kerülése: ne fogyasszon a beteg savanyú, túl fűszeres ételeket. Kerülni érdemes az alkoholt, kávé, csokoládét, sőt, még a dohányzást is. Gyakran, de keveset kell enni, mert a túlterhelt gyomorból nagyobb a valószínűsége a visszacsorgás létrejöttének.

A túl híg gyomortartalom is könnyebben jut vissza a nyelőcsőbe, ezért – különösen lefekvés előtt – nem szabad sok folyadékot fogyasztani. Ezt is inkább több részletben, a nap folyamán elosztva kell a betegnek meginnia. Alvás közben, a gyomortartalom visszacsorgását megakadályozandó, javasolt a fejrész megemelése. A hasi nyomás emelkedése (kövérség, nagy súly emelése, cipelés, egyes sportok: pl. súlyemelés, futás) súlyosbítja a tüneteket, de a hasizom erősítése javít a panaszokon.

www.allergiakozpont.hu

VITALKISOKOS:

A reflux tünetel

- égő érzés a gyomornál, a szegycsont mögött,
- savas íz érzet a garatban, szájban, mely kiválthat büzös lehetet,
- gyakori búfogás, csuklás jelentkezhet,
- a garatot ingerlő gyomortartalom köhögést válthat ki, gégszeti vizsgálat krónikus arcüreggyulladás, középfülgyulladást igazolhat,
- súlyosabb következmény, amikor a reflux jelensége asztmás tüneteket, nehézlégzést vált ki,
- ritkán fogzománc károsodást is okozhat a savas reflux.