



**gastroenterologische praxis
hennef**

Ali Ihsan Öztekin

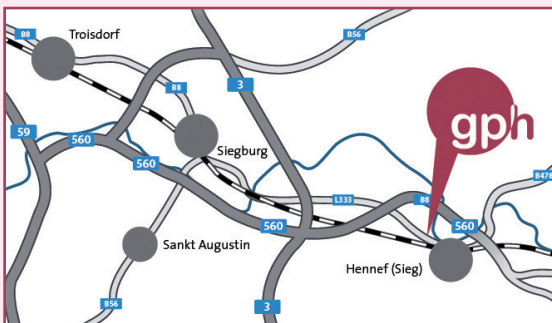
Facharzt für Innere Medizin
Schwerpunkt Gastroenterologie

Frankfurter Straße 100a
53773 Hennef
Tel.: 02242-85041
Fax: 02242-85042

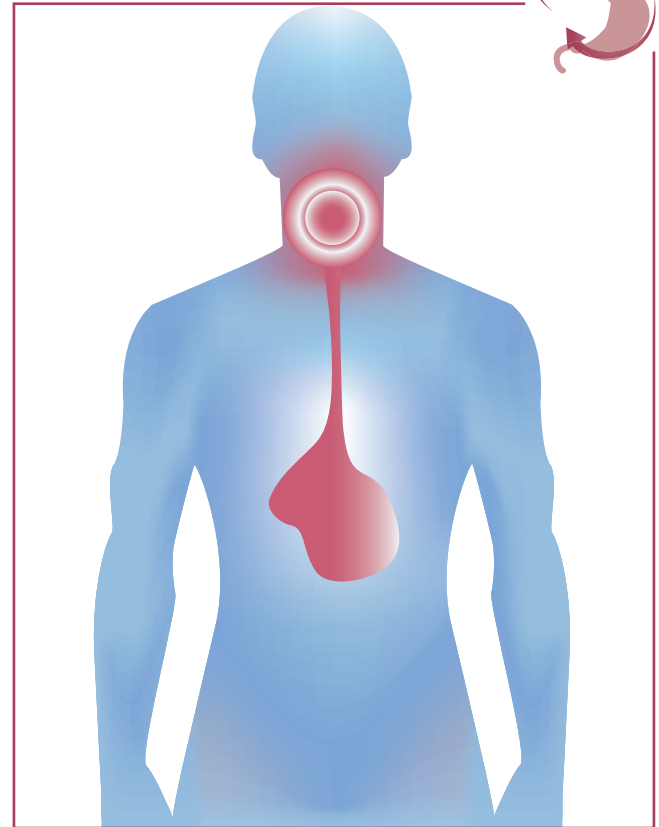
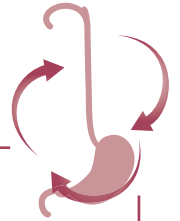
praxis@gastroenterologie-hennef.de
www.gastroenterologie-hennef.de

Unsere Sprechstunden:

Montag	08-12 Uhr / 15-17 Uhr
Dienstag	08-12 Uhr / 15-17 Uhr
Mittwoch	08-12 Uhr
Donnerstag	08-12 Uhr / 15-17 Uhr
Freitag	08-12 Uhr



Refluxösophagitis



Behandlungsmöglichkeiten und Vorsorge



**gastroenterologische praxis
hennef**

Ali Ihsan Öztekin

Facharzt für Innere Medizin
Schwerpunkt Gastroenterologie

Sehr geehrte Patientin, Sehr geehrter Patient,

heute habe ich bei der Magenspiegelung bei Ihnen eine **Refluxösophagitis** festgestellt.

Was ist eine Refluxösophagitis?

Als **Refluxösophagitis** wird die **Entzündung der Speiseröhre bezeichnet**, die durch einen regelmäßigen Rückfluss von saurem Magensaft in die Speiseröhre verursacht wird. Durch einen zu häufigen und zu langen Rückfluss des sauren Mageninhalts in die Speiseröhre entsteht ein ständiger Reiz auf die untere Speiseröhrenschleimhaut. Dieser führt zu Entzündungen der betroffenen Schleimhaut.

Die Refluxösophagitis kann als Wohlstandskrankheit bezeichnet werden, da die Beschwerden durch übermäßiges Essen und Trinken, durch Rauchen, Kaffee und Alkohol, Schokolade und fette Speisen ausgelöst und verstärkt werden. Eine dauerhafte Entzündung der Schleimhaut der Speiseröhre kann zu einer Veränderung der oberen Zellschicht führen, die wiederum eine **Entartung des Gewebes und einen bösartigen Tumor** zur Folge haben kann.



Die folgenden Beschwerden treten häufig und gemeinsam bei der Refluxösophagitis auf:

- **Sodbrennen**
- **Aufstoßen von Säure ohne Übelkeit**
- **Brennen hinter dem Brustbein**
- **Schmerzen beim Schlucken**
- **Brennen im Rachen**

Therapie

Mit Allgemeinmaßnahmen lassen sich die Beschwerden der Reflux-ösophagitis oft schon deutlich mindern, bei den Medikamenten sind die **Protonenpumpen-Hemmer** Mittel der Wahl und bei Therapieversagen kann eine Operation durchgeführt werden.

Konservative Behandlungsmöglichkeiten:

Für die Beschwerden einer Refluxösophagitis stehen verschiedene Medikamente zur Verfügung. Das Mittel der Wahl sind jedoch die so genannten Protonenpumpen-Hemmer, die ich Ihnen verschrieben habe.

Prävention

Beachtet man einige Allgemeinmaßnahmen, kann man die Beschwerden einer Refluxösophagitis schon lindern, die Maßnahmen sollten auch bei einer medikamentösen Therapie berücksichtigt werden. Je saurer der Mageninhalt ist, desto stärker sind die Beschwerden in der Speiseröhre. Daher ist zu beachten, dass einige Lebens- und Genussmittel die Produktion von Magensäure übermäßig stark stimulieren. Solche „Säurelocker“ sind fettreiche Mahlzeiten, scharf gewürzte Speisen, Süßigkeiten, saure und/oder kohlenstoffhaltige Getränke (Fruchtsäfte, Sekt) und Genussmittel wie Kaffee, Nikotin und hochprozentiger Alkohol. Außerdem entscheidend ist der Umfang einer Mahlzeit: Je größer diese ist, desto mehr Säure produziert der Magen. Auch Stress und Nervosität können „auf den Magen schlagen“ und die Säureproduktion ankurbeln.

Eine Veränderung der Lebensgewohnheiten kann eine deutliche Verminderung der Beschwerden bewirken. Folgende Maßnahmen sind dabei hilfreich:

- **Gewichtsabnahme bei Übergewicht**
- **Schlafen mit erhöhtem Oberkörper**
- **Vermeidung von Nikotin und alkoholischen Getränken**
- **Vermeidung von Schokolade, Kaffee und Pfefferminz**
- **Vermeidung scharfer Getränke und Speisen**
- **Umstellung auf fettarmes Essen**
- **Vermeidung von Stress**
- **3 Stunden vor dem Schlafen nichts mehr essen**
- **mehrere kleine statt wenige große Mahlzeiten**
- **keine einengende Kleidung tragen**