



III. Medizinische Klinik

Klinikum Augsburg

Merkblatt zur Refluxkrankheit

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen wurde eine gastroösophageale Refluxkrankheit festgestellt. Dabei kommt es zu einem Rückfluß von Magensäure in die Speiseröhre mit nachfolgender Reizung oder gar Entzündung der Speiseröhrenschleimhaut. Typische Symptome sind Sodbrennen und Brustschmerzen. In Einzelfällen können jedoch auch trotz ausgeprägtem Rückfluß von Säure jegliche Beschwerden fehlen.

Die Ursachen dieser Erkrankung sind sehr vielschichtig und erst teilweise erforscht, unter anderem spielen eine verminderte Schlußfunktion des unteren Speiseröhrenschließmuskels, Bewegungsstörungen der Speiseröhre sowie ein sogenannter Zwerchfellbruch eine Rolle.

Ohne eine entsprechende Behandlung können durch wiederholte Entzündungen der Speiseröhre über die Jahre hinweg narbige Verengungen, die zu schweren Schluckstörungen führen können, entstehen. Weiterhin kann es durch die chronische Schleimhautreizung zu Schleimhaut-Umbildungen (sogenanntes Barrett-Epithel) kommen. Diese Schleimhautveränderungen stellen nach heutigem Erkenntnisstand ein erhöhtes Risiko für eine Krebserkrankung der Speiseröhre dar.

Zur Behandlung stehen heute eine Reihe verschiedener Medikamente zur Verfügung. Es muss individuell entschieden werden, welches das jeweils geeignetste Präparat für den Einzelfall ist. Unter bestimmten Voraussetzungen kann auch eine Operation sinnvoll sein.

Neben der medikamentösen Therapie sollten Sie noch einer Reihe von **Verhaltensregeln** beachten, die bei konsequenter Einhaltung, eine Beschwerdelinderung herbeiführen können:

1. Schlafen Sie mit erhöhten Oberkörper (Kopfecke um zirka 15 Grad anheben)
2. Tragen Sie keine zu eng anliegende Kleidung
3. Bei Übergewicht sollten Sie abnehmen
4. Meiden Sie fette, gebratene und scharf gewürzte Speisen, Zitrusfrüchte und -säfte, Tomatensoße, Schokolade, Pfefferminz, Kaffee, kohlenstoffhaltige Getränke und Alkohol
5. Kauen Sie nach allen Mahlzeiten Kaugummi (Förderung des Speichelflusses, welcher die Magensäure neutralisiert)
6. Stellen Sie das Rauchen ein.
7. Zwei bis drei Stunden vor dem Schlafengehen sollten Sie nichts mehr essen.
8. Meiden Sie bestimmte Medikamente:
 - Asthmamedikamente (wie z.B. Theophyllin, Anticholinergika, β -Mimetika)
 - Herz- und Hochdruckmedikamente wie Calciumantagonisten und Nitrate
 - Psychopharmaka wie z.B. Phenothiazine und trizyklische Antidepressiva
 - Schmerzmittel vom Morphin-Typ