

*Die Ärztevereinigung Horgen Hirzel Oberrieden informiert*

## **Refluxkrankheit: Häufiges Sodbrennen unbedingt behandeln!**

Die Refluxkrankheit ist eine weit verbreitete Erkrankung, die durch verstärkten Rückfluss von saurem Mageninhalt in die Speiseröhre hervorgerufen wird. Während die Refluxkrankheit bei vielen Patienten nur gelegentlich Beschwerden verursacht, kann ein jahrelang anhaltender Rückfluss zu einer schweren Entzündung der Speiseröhrenschleimhaut führen.

Unter der Refluxkrankheit wird eine Erkrankung der Speiseröhre verstanden, die mit saurem Aufstossen und Sodbrennen einhergeht. In den vergangenen 20 Jahren ist die Anzahl der betroffenen Personen stark angestiegen, wobei mittlerweile über 30 Prozent der Erwachsenen gelegentlich und nahezu 10 Prozent sogar täglich an Refluxbeschwerden leiden.

### **Rückfluss von Mageninhalt in die Speiseröhre**

Die Speiseröhre wird vom Magen durch einen Schliessmuskel getrennt, der sich während des Schluckvorganges vorübergehend öffnet und den Inhalt der Speiseröhre ungehindert in den Magen eintreten lässt. Gleichzeitig verhindert der Schliessmuskel aber auch, dass der saure Mageninhalt wieder in die Speiseröhre aufsteigen kann. Während ein gelegentlicher Rückfluss von Magensäure eine normale Erscheinung ist und bei allen Menschen auftritt, liegt bei häufigem Rückfluss die sogenannte Refluxkrankheit vor. Als Folge des vermehrten Kontaktes mit saurem Mageninhalt kommt es zu einer Reizung der Speiseröhrenschleimhaut, wodurch die charakteristischen Beschwerden der Refluxkrankheit wie Schmerzen hinter dem Brustbein oder in der oberen Bauchgegend und in gewissen Fällen sogar beim Schlucken verursacht werden. Diese Schmerzen treten zumeist einige Stunden nach den Mahlzeiten oder in der Nacht auf, und gelegentlich genügt bereits die Einnahme von sauren Flüssigkeiten und Speisen, um Beschwerden hervorzurufen.

### **Entzündung der Speiseröhrenschleimhaut**

Bei der überwiegenden Mehrheit der betroffenen Personen verläuft die Refluxkrankheit über Jahre oder Jahrzehnte mit nur leichten Beschwerden, welche aber die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen können. In anderen Fällen hingegen kommt es durch die ständige Reizung der

Speiseröhrenschleimhaut zu einer Entzündung, die vor allem im unteren Abschnitt der Speiseröhre auftritt und in der Fachsprache als Refluxösophagitis bezeichnet wird. Bei einer jahrelang andauernden, unbehandelten Entzündung kann sich die normale Speiseröhrenschleimhaut in eine Schleimhaut vom Magentyp umwandeln, welche eine Vorstufe für eine mögliche Speiseröhrenkreberkrankung darstellt.

### **Änderung der Lebensgewohnheiten**

Personen mit einer Refluxkrankheit können verschiedene Massnahmen zur Linderung der Beschwerden treffen, die neben dem Hochstellen des Kopfendes des Bettes insbesondere die Umstellung der Ernährungsgewohnheiten und des Genussmittelkonsums umfassen. So sollte auf grosse und fettreiche Mahlzeiten – insbesondere am Abend – und auf den Genuss von Kaffee und Alkohol sowie auf das Rauchen weitgehend verzichtet werden. Für Patienten mit nur gelegentlich auftretenden Symptomen stehen sogenannte Antazida zur Verfügung, welche die Magensäure neutralisieren. Mit diesen Medikamenten lassen sich die Beschwerden lindern, wobei aber eine allfällige Entzündung der Speiseröhrenschleimhaut nicht beeinflusst wird. Aus diesem Grund sollten Patienten, die bereits seit mehreren Wochen unter Refluxsymptomen leiden oder häufig Medikamente gegen ihre Beschwerden einnehmen, unbedingt einen Arzt aufsuchen.

### **Spiegelung der Speiseröhre nicht immer notwendig**

In vielen Fällen kann der Arzt die Refluxkrankheit bereits diagnostizieren, indem er die Patienten nach der Art und dem Schweregrad der Beschwerden befragt. Bei Patienten, die an sehr starken oder schon lange andauernden Refluxsymptomen leiden, ist jedoch eine Spiegelung der Speiseröhre angezeigt. Im Rahmen dieser Untersuchung, die für den Patienten dank der heutigen Geräte deutlich weniger belastend als früher ist, können entzündliche Veränderungen der Speiseröhrenschleimhaut festgestellt und gegebenenfalls sofort Gewebeproben entnommen werden.

### **Säureproduktion mit Medikamenten hemmen**

Zur medikamentösen Behandlung der schweren Refluxkrankheit und insbesondere von Entzündungen der Speiseröhre werden sogenannte Protonenpumpenhemmer eingesetzt, welche die Bildung von Magensäure unterdrücken. Durch die Behandlung mit einem Protonenpumpenhemmer kann bei den meisten Patienten die Entzündung innerhalb weniger Wochen geheilt werden, so dass die Beschwerden vollständig verschwinden. Allerdings erleidet

ein beträchtlicher Anteil der Patienten bereits kurz nach dem Absetzen der medikamentösen Therapie einen Rückfall, weshalb die Behandlung mit einem Protonenpumpenhemmer oftmals fortgesetzt werden muss.

**Leiden Sie an Refluxkrankheit?**

Falls eine oder mehrere der folgenden Aussagen auf Sie zutrifft, sollten Sie unbedingt Ihren Arzt aufsuchen!

- Leiden Sie zwei- oder mehrmals wöchentlich an Sodbrennen oder saurem Aufstossen?
- Treten Ihre Beschwerden auch während der Nacht auf und führen diese sogar zum Erwachen?
- Lassen sich Ihre Beschwerden trotz regelmässig eingenommener Medikamente nicht lindern?
- Haben Sie gelegentlich oder häufig Schwierigkeiten mit dem Schlucken oder ungewollt an Gewicht verloren?

*Dr. med. Georg Fritz  
Facharzt für Allgemeinmedizin*