Refluks (syretilbageløb)

Refluks betyder tilbageløb. Det er mavesækkens sure indhold, der løber op i spiserøret og i nogle tilfælde helt op i svælget. Tilbageløbet skyldes som oftest, at lukkemusklen mellem spiserøret og mavesækken ikke lukker helt tæt (cardiainsufficiens), eller at toppen af mavesækken ligger lidt over mellemgulvsmuskulaturen (mellemgulvsbrok).

Årsag:

Tilbageløb af mavesyre fra mavesækken til spiserøret giver ofte gener, og kan give syreskader i spiserøret.

Symptomer:

- Halsbrand/sure opstød.
- Svien og brændende fornemmelse bag brystbenet.
- Smerter i toppen af maven, ofte lige under brystbenet.
- Synkebesvær eller følelsen af fremmedlegeme eller "klump" i halsen
- Hæshed, trang til at rømme sig.

Hvad kan du selv gøre?

- Minimer kaffe, te, alkohol, juice og krydret mad.
- Rygestop vil afhjælpe dine symptomer.
- Er du overvægtig vil et vægttab ofte have en meget gavnlig virkning.
- Løft hovedenden på sengen, så du sover en smule oprejst.
- Afstå fra sene og store aftensmåltider, da det bl.a. øger den natlige syreproduktion.
- Undgå arbejdsstillinger som kræver, at du er fremoverbøjet i længere tid.
- Tyggegummi giver øget synkning af spyt og kan være en hjælp for enkelte.

Hvad kan lægen gøre?

Medicinsk behandling med syrehæmmende præparater som købes på apoteket på recept fra lægen, disse tages én eller to gange dagligt og altid på tom mave (der skal gå ½-1 time inden du spiser)

Medicinsk behandling med syreneutraliserende eller refluksmodvirkede præparater (Alminox, Gaviscon, Galieve) som kan købes i håndkøb på apoteket.

I de fleste tilfælde er reflukstilbøjeligheden et livslangt problem, men flertallet oplever kortere eller længere perioder med få eller ingen symptomer. De patienter, som er hårdest ramte, må være i vedvarende syreblokkerende behandling. Medicinen dæmper eller fjerner symptomer og eventuelle syreskader, men helbreder ikke grundtilstanden.

Hvis du ikke har tilstrækkelig effekt af den syredæmpende behandling, og du er svært generet, kan en operation komme på tale. Forud for en eventuel operation skal du have lavet en døgnsyremåling (24-timers pH-måling), så man sikrer sig, at dine gener skyldes syretilbageløb. Denne undersøgelse og evt. operation laves på hospitalet.

Poul Edling, speciallæge i kirurgi Rolighedsvej 30, DK-8240 Risskov

www.kirurgiaarhus.dk Tlf.: 86 19 93 30