

# Gastroenterologie Garbsen

---

**Katayoun Nasseri Tafti** (angestellte Ärztin)  
Fachärztin für Innere Medizin u. Gastroenterologie

## REFLUXÖSOPHAGITIS

Krankhaftes Zurückfließen des sauren **Mageninhalts** in die Speiseröhre bezeichnen wir als Rückfluß oder **Reflux**. Die Störung ist auf ein schlecht funktionierendes, d.h. undichtes Ventil zwischen der Speiseröhre und dem Magen zurückzuführen.

Neben dem klassischen Sodbrennen beklagen die Betroffenen auch Oberbauchschmerzen, Brustschmerzen, Hüsteln, Räuspern und Kloßgefühl im Hals. Langfristig kann es zur Ausbildung von Schleimhautwunden und Geschwüren, zur narbigen Verengung der Speiseröhre und in seltenen Fällen nach vielen Jahren zur Entwicklung von Krebs.

Als **Ursache** der Rückfluss-Erkrankung kommen neben einer angeborenen Anlageschwäche des Ventils bestimmte Umweltfaktoren und Lebensumstände in Frage. Durch entsprechende Verhaltensänderung lässt sich die Intensität der Beschwerden und der Entzündung häufig günstig beeinflussen:

**Nikotin** führt zur Entspannung aller Schließmuskeln im Körper und fördert somit das Hochfließen der Säure in die Speiseröhre. Zudem begünstigt das Rauchen die Entstehung von Speiseröhren- und Magenkrebs.

Größere Mengen **Alkohol** wirken sich ähnlich aus. Bei Kaffee, Tee und Cola ist ebenfalls die genossene Menge entscheidend. Nur übermäßige Zufuhr wirkt sich schädigend aus.

**Fettreiche** Speisen verzögern die Magenentleerung ähnlich wie große Essensportionen. **Süßigkeiten** regen die Säureproduktion an. Späte Mahlzeiten sind ebenfalls ungünstig, da die Verdauung im Schlaf verzögert abläuft.

**Übergewicht**, vor allem die Ansammlung von Bauchfett, führt zu einer deutlichen Schwächung des Rückschlagventils. Am eindrucksvollsten können wir es bei Schwangeren beobachten, die mit dem Dickerwerden des Bauches zunehmend über Sodbrennen klagen. Die Beschwerden bilden sich nach der Entbindung schlagartig zurück.

Bestimmte **Medikamente** wie Asthmamittel, manche Blutdrucksenker, Muskelrelaxantien oder Östrogene können die vorbestehende Rückflussneigung verstärken.

Zusammenfassend ist es sicherlich empfehlenswert den Konsum bestimmter Genussmittel wie Kaffee oder

Sekt zu reduzieren und auf Nikotin ganz zu verzichten, wenn man unter Rückflussbeschwerden leidet.

Es gibt allerdings auch viele Nahrungsmittel, die die Rückflußbeschwerden verstärken ohne grundsätzlich ungesund oder schädlich zu sein. Hierzu gehören Tomaten, Paprika, Zwiebeln und vieles Andere. Wenn man einem Betroffenen alle in Frage kommenden Nahrungsmittel verbieten würde, würde man ihn zu einer sehr einseitigen und ungesunden Kost verurteilen.

Ähnliches ist über die recht häufige Empfehlung des Schlafens mit erhöhtem Oberkörper zu sagen: die Wirksamkeit dieser Maßnahme ist bis heute durch keine wissenschaftliche Studie belegt, das Schlafen mit erhöhtem Oberkörper ist für viele Betroffene allerdings ziemlich beschwerlich.

In vielen Fällen bleibt also nichts weiter übrig, als säurehemmende Mittel einzusetzen, deren Langzeitanwendung über mehrere Jahre absolut unbedenklich ist, sogenannte **Protonen-Pumpen-Hemmer**. Diese Medikamente unterdrücken die Bildung der Magensäure (die wir übrigens für unsere normale Verdauungsfunktion nicht benötigen), wodurch die säurebedingten Gewebeschäden verhindert werden. Langfristig werden auch Komplikationen wie narbige Speiseröhrenverengungen oder Krebsbildung verhütet.

Da die säurehemmenden Medikamente jedoch keinen Einfluss auf die Funktion des Ventils ausüben, kommt es nach dem Absetzen recht häufig zu erneuten Beschwerden, die Anlass zur Dauertherapie sein sollten. Folgeschäden einer solchen Dauerbehandlung sind nach der jetzt mehr als zwanzigjähriger Erfahrung mit den Medikamenten weltweit nicht aufgetreten, dafür sind Folgeschäden der Refluxkrankheit verhindert worden.

In seltenen Fällen ist die Rückflusskrankheit Anlass zur **Operation**: wenn außer der Säure auch größere Mengen an Nahrung oder Magensaft in die Speiseröhre zurückfließen (die Betroffenen bezeichnen sich meistens selbst als „Wiederkäuer“) oder wenn größere Teile des Magens im Brustkorb liegen, was eine gewisse Einklemmungsgefahr bedeutet.

Wir hoffen, Ihnen mit dieser kleinen Broschüre weiter helfen zu können. Selbstverständlich sollen Sie sich zum Nachfragen ermuntert fühlen.

**Ihr Praxisteam**