

Möchten Sie sich auf Dauer besser fühlen?

Beginnen Sie am besten sofort mit der Veränderung Ihrer Lebensgewohnheiten:

- Die letzte Mahlzeit sollte spätestens 3 Stunden vor dem Zubettgehen erfolgen
- Nehmen Sie kleine Mahlzeiten zu sich und essen Sie langsam
- Fetthaltige und scharfe Nahrungsmittel, Koffein, kohlenhydrathaltige Getränke, Alkohol, Schokolade, zitrus- und tomatenhaltige Getränke sollten Sie nur in geringen Mengen zu sich nehmen oder ganz vermeiden. Es ist bekannt, dass diese zu einer Verschlimmerung des Refluxes führen können. Jeder Mensch reagiert auf Nahrungsmittel individuell unterschiedlich
- Tragen Sie keine eng anliegende Kleidung, besonders um die Hüfte
- Wenn Sie übergewichtig sind, reduzieren Sie Ihr Gewicht
- Wenn Sie rauchen, schränken Sie sich ein, oder noch besser hören Sie ganz damit auf
- Stellen Sie das Kopfteil Ihres Bettes um 10 – 15 cm höher (etwa 30°).

Ist es ein Säure-Reflux?

Einige Symptome, die Sie selbst festgestellt haben, könnten durch einen Säure-Reflux verursacht werden. Säure-Reflux findet statt, wenn der Mageninhalt vom Magen in die Speiseröhre (Ösophagus) zurück fließt. Darin befinden sich Verdauungsenzyme und Säure, mit der die eingenommene Nahrung abgebaut werden kann. Reflux kann also in der Speiseröhre stattfinden, der häufig durch ein brennendes Gefühl begleitet und als „Sodbrennen“ wahrgenommen wird. Der Reflux kann aber auch im Rachen als „stiller Reflux“ ohne Sodbrennen auftreten. Das ist besonders schädlich, weil das Gewebe im Rachen und in der Lunge nicht zu viel an Säure verträgt.

Fragen Sie Ihren Arzt

Wie wird Reflux diagnostiziert?

Ihr Arzt wird Ihnen eine Reihe von Fragen bezüglich Ihrer Symptome stellen oder Sie bitten, einen Fragebogen auszufüllen. Damit kann er feststellen, ob Ihre Beschwerden möglicherweise durch einen Reflux hervorgerufen werden. Diese Informationen helfen dem Arzt zu entscheiden, ob ein Reflux-Test zur Diagnosestellung, als Grundlage für eine richtige Therapieentscheidung, geeignet ist. Informieren Sie Ihren Arzt unbedingt über eventuelle Stimmbelastung und Alkohol-/Nikotinkonsum.

Wenn ein Verdacht auf einen Reflux besteht, ist eine Untersuchung des Kehlkopfes angezeigt. Diese Untersuchung ist schnell und problemlos in der Arztpraxis durchführbar. Ihr Arzt wird nach Zeichen einer Schwellung, einer Rötung oder weißlichen Veränderung der Schleimhaut und andere möglichen Zeichen von Reflux-Ereignissen, wie Granulome und Knötchen suchen.



NEUWIRTH

medical products

*Innovations
for a better life.*

Vertrieb Deutschland:

NMP Neuwirth Medical Products GmbH

Bachstraße 10 · D-63785 Obernburg

Tel.: +49 (0) 60 22 / 7 09 60 · Fax. +49 (0) 60 22 / 70 96 20

info@neumedpro.de · www.neumedpro.de

Reflux – auch bei Ihnen?

Fragen Sie Ihren Arzt:



Was ist eigentlich ein Reflux?

Damit die eingenommene Nahrung abgebaut werden kann, produziert Ihr Magen normalerweise Säure. Gelegentlich kann diese Säure in die Speiseröhre zurückfließen oder „refluxieren“. Wenn dieser Reflux sehr häufig und andauernd auftritt, wird er als gastro-ösophagealer Reflux oder GERD in der medizinischen Fachsprache bezeichnet. Viele Menschen kennen das Gefühl von „Sodbrennen“, das als Brennen in der Brust wahrgenommen und durch Säure-Reflux in die Speiseröhre verursacht wird. Säure kann auch den ganzen Weg bis zum Hals und weiter bis zu den oberen Atemwegen und hinteren Mundbereich refluxieren. Dies wird als laryngo-pharyngealer Reflux (LPR) bezeichnet, da er im Bereich der Stimmbänder/Kehlkopf (Larynx) und des Rachens (Pharynx) auftritt.

LPR ist hauptsächlich gasförmig und nicht flüssig. Er findet häufig ohne Sodbrennen statt, deshalb wird er oft nicht so leicht erkannt. Das ist auch der Grund, warum er als „stille“ Krankheit bezeichnet wird. Er kann über einen sehr langen Zeitraum auftreten, bevor er als Ursache für Beschwerden erkannt wird.

Symptome, die auf einen stillen Reflux hinweisen:

- Heiserkeit der Stimme, besonders morgens
- anhaltender Räusperzwang oder Husten
- Kloßgefühl im Hals
- Übermäßige Schleimbildung und Herabfließen von Sekret an der Rachenhinterwand
- Schlafapnoe
- Schluckbeschwerden

Bei Beschwerden, die auf einen Reflux hindeuten, sollten sie einen HNO-Arzt oder einen anderen Spezialisten aufsuchen, der insbesondere den Rachen und Kehlkopf endoskopisch untersucht. Wenn ihr HNO-Arzt oder andere Spezialisten den Verdacht auf einen Reflux haben, kann das Ausmaß des Refluxes mit dem Restech Dx-System sicher gemessen werden, um die Verdachtsdiagnose zu bestätigen oder auszuschließen.

Muss der Reflux im Rachen ernst genommen werden?

Eine kleine Menge an Reflux ist normal. Allerdings, wenn chronischer Reflux unbehandelt bleibt, können schwerwiegende Schäden auf der Schleimhaut der oberen Atemwege und sogar auch der Lungen entstehen.

Die frühzeitige Behandlung des Refluxes ist sehr wichtig. Wenn er undiagnostiziert und unbehandelt bleibt, kann er zu einem schweren Schaden im Halsbereich führen. Mehrere Menschen, die unter einem LPR leiden nehmen ihn nicht wahr, weil die daraus entstehenden Symptome auch durch eine große Anzahl verschiedener anderer Faktoren, wie zum Beispiel Lifestyle (Rauchen, Alkoholkonsum) oder mangelnde Stimmhygiene (Schreien, fehlende Stimmschonung) verursacht werden können.

Unbehandelte Refluxbeschwerden können Ihre Lebensqualität erheblich beeinflussen. Wenn gravierender Reflux untherapiert bleibt, kann sich das Gewebe in der Speiseröhre entzünden (Ösophagitis) und beschädigt werden. Dies kann zu schwerwiegenden Problemen bis zum Barrett's Ösophagus und sogar potenziell bis zum Speiseröhrenkrebs (Ösophaguskarzinom) in der Zukunft führen.

Im Bereich der oberen Atemwege kann ein unbehandelter LPR zu beträchtlichen Problemen, wie z.B. Stimmbandknötchen, subglottischer Stenose (Verengung der Atemwege), Granulome (knotenartige Gewebeneubildung) und unter Umständen auch zum Kehlkopfkrebs führen.

Die Untersuchung mit dem Restech Dx-System im Rachen

Eine kleine Sonde wird durch die Nase in den Rachen hinter das Zäpfchen eingeführt und platziert. In der Sondenspitze befindet sich ein empfindlicher Sensor, der nicht nur Flüssigkeit sondern auch Säure in aerosolierter (vernebelter) Form messen und aufzeichnen kann. Die Sonde wird an Ihrem Gesicht mit einem durchsichtigen Pflaster befestigt. Die Daten werden von einem kleinen Apparat, den man am Gürtel oder mit einem Band über die Schulter tragen kann, drahtlos aufgenommen. Der Sitz der Sonde wird Sie beim Sprechen, Essen und Trinken oder Schlucken nicht stören. Während der Aufzeichnungszeit (16-48 Stunden) können Sie alle normalen Mahlzeiten zu sich nehmen, zur Arbeit gehen und Sport treiben. Duschen oder Baden ist während dieser Phase nicht erlaubt, weil der Transmitter dadurch Schaden erleiden kann.

Das Dx-System wird Ihre pH-Werte aufzeichnen, so lange die Sonde getragen wird. In der Auswertung erhält Ihr behandelnder Arzt verlässliche Hinweise zu dem Ausprägungsgrad Ihrer Reflux-Ereignisse. Durch Ihre Mitarbeit beim Eingeben von bestimmten Informationen in das Dx-

System (Mahlzeiten, ausgewählte Symptome und Liegezeiten), tragen Sie wesentlich zum Erfolg dieser Diagnostik bei. Sie helfen Ihrem Arzt, einen Zusammenhang zwischen Beschwerden und Refluxmustern besser beurteilen zu können. So wird nicht nur festgestellt, ob Sie unter Reflux leiden, es wird auch festgestellt, ob die Säure für Ihre Problematik überhaupt verantwortlich ist, oder ob die Symptome durch eine hohe alkalische Konzentration verursacht werden.

Die Entfernung der Sonde ist sehr einfach. Die Auswertung dauert nur wenige Minuten.

Anhand der Ergebnisse wird Ihr behandelnder Arzt die für Sie bestmögliche Therapie festlegen können.



Die Behandlung Wie wird der Reflux behandelt?

Abhängig vom Schweregrad Ihrer Symptome, den ärztlichen Untersuchungsbefunden und Ihren pH-Messwerten, wird Ihr Arzt die geeignete Therapie festlegen. Diese kann, je nach Ausprägung des Refluxes, von einer Umstellung der Lebensgewohnheiten bis hin zu Medikamenten bei mittel- und schwergradigen Fällen und sogar einem operativen Eingriff reichen.

