

Wenn der Magen sauer ist Teil I

Sodbrennen, das typische unangenehme Brennen in der Magengrube und entlang der Speiseröhre hat sicher schon jeder einmal gehabt. Man schätzt, dass in den westlichen Industrienationen mittlerweile bis zu 15% der Bevölkerung regelmäßig darunter leiden. Sodbrennen wird dadurch bedingt, dass saurer Speisebrei in die Speiseröhre zurückfließt. Ursache ist ein ungenügender Verschluss des Muskels, der die Speiseröhre zum Magen hin abschließt. Dieser sogenannte Reflux kann sich aber auch durch ganz andere Symptome wie zum Beispiel Aufstoßen, Reizhusten oder Heiserkeit bemerkbar machen. Oft verstärken sich die Beschwerden auch beim Liegen. Dann kann es hilfreich sein, das Kopfteil des Bettes höher zu stellen.

Refluxgeplagte wissen oft, was ihnen Beschwerden bereitet: fettes Essen, Kaffee, Alkohol, scharf gewürzte Speisen oder Süßes...In diesem Fall kann man nach Genuss solcher Speisen säurebindende Kautabletten oder Suspensionen einnehmen. Diese lindern die akuten Beschwerden sehr schnell. Diese Säurebinder oder Antacida sind meist Aluminium- oder Magnesiumverbindungen, die die Säure neutralisieren, oder Alginat. Diese haben den Vorteil, dass sie eine Art Schutzfilm in der Speiseröhre bilden und im Magen quasi auf dem Speisebrei schwimmen und ihn so am Rückfluss in die Speiseröhre hindern. Antacida sind sehr gut geeignet, wenn man nur ab



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

und zu unter Beschwerden leidet. Man kann sie nach Bedarf dosieren. Wichtig ist nur, dass man einen Abstand von zwei Stunden zu anderen Arzneimitteln einhält, um Wechselwirkungen zu verhindern.

Eine weitere Möglichkeit der Behandlung ist, die übermäßige Produktion von Magensäure zu drosseln. Dazu werden die sogenannten Protonenpumpeninhibitoren wie Pantoprazol oder Omeprazol eingesetzt. Sie stehen in kleinen Packungsgrößen mittlerweile auch rezeptfrei zur Verfügung. Allerdings gibt es bei der Einnahme einiges zu beachten. Mehr darüber erfahren Sie im nächsten Teil dieser Serie.

Treten Refluxbeschwerden und Magenschmerzen allerdings regelmäßig auf, ist eine Behandlung in Eigenregie nicht angebracht. Dann muss auf jeden Fall ein Arzt die Ursache abklären!

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**