

Reflux-Therapie: Hilfe bei verbleibenden Beschwerden

Protonenpumpenhemmer (PPI) bilden oft die Basis der medikamentösen Reflux-Therapie. Sie reduzieren die Magensäure effektiv. Dennoch bleiben bei vielen Betroffenen Symptome wie Räusperzwang oder Heiserkeit bestehen. Oft benötigt die gereizte Schleimhaut zusätzlichen Schutz vor dem Rückfluss selbst.

Reflux: Wenn der Rückfluss die Schleimhaut reizt

Bei Reflux **schließt der Muskel** zwischen Magen und Speiseröhre **nicht zuverlässig**. Mageninhalt gelangt dadurch zurück nach oben. Verursacht das **wiederholt** Beschwerden, sprechen Fachleute von einer **Refluxkrankheit**.

PPI hemmen zwar die Produktion der Magensäure. Sie verhindern jedoch nicht den **physikalischen Rückfluss (Volumenreflux)**. In diesem Rückfluss ist weiterhin das Verdauungsenzym **Pepsin** enthalten. Es kann sich wie ein Schläfer in der Schleimhaut festsetzen. Kommt es erneut mit Säure in Kontakt, reaktiviert es sich und reizt das Gewebe.

Symptom-Check zur Orientierung

Nicht alle Anzeichen verschwinden durch die Säureblockade sofort. Folgende Symptome können weiter bestehen oder besonders auffallen:

- Heiserkeit oder belegte Stimme (besonders morgens)
- Ständiger Räusperzwang und Hustenreiz
- Kloßgefühl im Hals (Globusgefühl)
- Halsschmerzen ohne typische Erkältung
- Leichte Schluckbeschwerden
- Vermehrter Schleim im Rachen (z. B. nach dem Essen)
- Saurer oder bitterer Geschmack im Mund
- Druckgefühl im Nasen-Rachen-Raum/ in den Ohren

Wann ist eine zeitnahe Rücksprache mit der Praxis notwendig?

Falls eines der folgenden Warnsignale auftritt:

- Zunehmende oder starke Schluckbeschwerden
- Unbeabsichtiger Gewichtsverlust
- Blut im Speichel oder blutiger Auswurf
- Starke, anhaltende Schmerzen im Hals- oder Brustbereich
- Luftnot oder pfeifende Atmung

Was im Alltag helfen kann

Reflux ist sehr individuell. Was bei einer Person hilft, muss bei einer anderen nicht wirken. Folgende Maßnahmen können helfen:

- ✓ **Schlafposition:** Oberkörper nachts leicht erhöht lagern oder die Linkslage testen.
- ✓ **Ernährung:** Abends keine fettigen, scharfen oder großen Mahlzeiten mehr einnehmen. 3 Stunden vor dem Zubettgehen nichts mehr essen.
- ✓ **Gewohnheiten:** Enge Kleidung am Bauch vermeiden. Alkohol sowie Nikotin möglichst reduzieren.
- ✓ **Entspannung:** Stress gezielt senken, z. B. durch ruhige Atemübungen.
- ✓ **Tipp:** Ein Tagebuch kann helfen, persönliche Auslöser zu finden.

Der physikalische Schutz: Sobrade®

Sobrade® kann die bestehende ärztliche Therapie sinnvoll ergänzen. Die Kautabletten wirken rein physikalisch: Beim Kauen entsteht ein Gel-Komplex, der sich wie ein schützendes Pflaster über die gereizten Stellen in Rachen und Speiseröhre legt. Er schirmt die Schleimhaut vor weiteren Säure- oder Pepsin-Reizungen ab.

Wichtige Anwendungstipps:

- **Kauen:** Langsam und gründlich kauen, bis sich die Tablette aufgelöst hat. Den Gel-Komplex einfach herunterschlucken.
- **Position:** Im Sitzen oder Stehen anwenden, niemals im Liegen (Verschluckungsgefahr).
- **Trinkpause:** Nach der Einnahme 30 Minuten nichts trinken, um den Schutzfilm zu erhalten.
- **Timing:** Besonders wichtig ist die Anwendung direkt vor der Nachtruhe, damit der Schutzfilm im Schlaf wirken kann.

Weitere Infos unter
www.sobrade.de



Notizen/ Stempel