

MERKBLATT REFLUX-TEST

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient ,

Beschwerden im Hals wie Brennen oder Schmerzen sowie Schwierigkeiten beim Schlucken und mit der Stimme können durch ein vom Patienten unbemerktes Verätzen der Schleimhaut im tiefen Hals und im Kehlkopf ausgelöst werden. Ursache ist Magensäure oder Gas aus dem Magen. Dies nennt man eine Refluxerkrankung, ein Zurücklaufen von Gas oder Säure aus dem Magen.

Die Refluxkrankheit ist sehr weit verbreitet und wird oft nicht erkannt. Bei einer normalen ärztlichen Untersuchung kann sie nicht festgestellt werden kann, HNO-Ärzte können mit der Hilfe eines Endoskops den tiefen Rachen und den Eingang zur Speiseröhre allerdings sehr gut untersuchen und typische Veränderungen der Schleimhaut feststellen. Die Ursache für den Reflux liegt meist in einer Schwäche des Mageneingangs, der so genannten Pförtner-Region. Bei einer Schwäche in der Pförtner-Region kommt es zu einem versteckten Hochlaufen von Säure oder Gas, sobald man sich hinlegt, in der Regel abends beim Schlafen.

Auch bei Ihnen besteht der Verdacht, dass Ihre Halsbeschwerden durch einen Reflux ausgelöst werden.

Diese sollte unbedingt abgeklärt und ggf. beseitigt werden, sonst kann die Erkrankung nicht ausheilen. Tragen Sie deshalb bitte selber dazu bei und zwar auf folgendem Weg:

Vermeiden Sie für die nächsten 2 Wochen eine Nahrungsaufnahme 6 Stunden vor dem Schlafengehen. bzw. dem Hinlegen. Bei leerem Magen kann es nicht zu einem Reflux kommen. Nach dem normalen Abendessen (mit oder ohne Alkohol) nehmen Sie bitte 6 Stunden nur Wasser oder Tee ohne Zucker zu sich. Sämtliche anderen Nahrungsmittel wie Obst, Süßigkeiten, alkoholhaltige Getränke sind 6 Stunden vor dem Schlafengehen nicht erlaubt. Falls sie zudem Mittagsschlaf halten, halten Sie diesen bitte vor dem Mittagessen mit leeren Magen.

Nach zwei Wochen führen wir erneut eine Kehlkopfspiegelung durch, um eine mögliche Verbesserung festzustellen.