

LAST VAN MAAGZUUR OF REFLUX?



Protonpompinhibitoren

De symptomen...

Heb je last van een pijnlijk, branderig gevoel dat uit de maag via de slokdarm opstijgt naar de keel, dan heb je allicht last van terugvloeiend maagzuur of reflux. De pijn treedt gewoonlijk een halfuur tot 2 uur na de maaltijd op. Ze neemt toe als je neerligt of vooroverbuigt. Vaak vloeit er ook maagzuur in je mond. Men spreekt van zure oprispingen.

Maagzuur of reflux zijn vaak te wijten aan een slecht werkende sluitspier tussen de slokdarm en de maag. Deze spier verhindert normaal dat de zure maaginhoud terugvloeit naar de slokdarm of de keel. Bij het ouder worden vermindert de werking van de sluitspier. Hierdoor komt maagzuur meer voor bij oudere mensen. Ook bepaalde voedingsmiddelen (chocolade, munt, vetten,...), alcohol en roken kunnen de werking van de sluitspier verminderen. Door een verhoogde druk op de maag hebben personen met overgewicht of zwangere vrouwen vaker last van maagzuur.

Reflux kan ook gepaard gaan met andere, minder typische klachten zoals pijn in de borststreek (dit kan verward worden met hartproblemen), moeilijk slikken of pijn bij het slikken, hoesten tijdens de slaap, het uitlokken van astma-aanvallen, heesheid of tandproblemen.

Houden de klachten lang aan, dan kan dit leiden tot ontsteking van de slokdarm of zelfs tot zweren of vernauwingen in de slokdarm.

Geneesmiddelen bij reflux en maagzuur

Hebben niet-medicamenteuze maatregelen (zie verder) onvoldoende baat? Dan kunnen geneesmiddelen je helpen. Protonpompinhibitoren zijn geneesmiddelen voor de behandeling van reflux en maagzuur.

Hoe werkt het?

Dit geneesmiddel verhindert de aanmaak van maagzuur. Hierdoor verzacht het de pijn en voorkomt het ontstekingen of zweren van de slokdarm.

Indien je nog vragen hebt, raadpleeg je arts of apotheker!

Hoe dit geneesmiddel innemen?

Neem dit geneesmiddel in zoals je arts je heeft voorgeschreven.

Heeft je apotheker je dit geneesmiddel aangeraden, neem dan het geneesmiddel één maal per dag, bij voorkeur een twintigtal minuten voor het ontbijt. Heb je vooral 's nachts last van reflux, dan neem je dit middel beter voor het avondeten.

Dit geneesmiddel werkt niet onmiddellijk. De klachten verminderen na 1, soms 2 à 3 dagen.

Wat doen bij een vergeten pil?

Neem de vergeten pil in zodra je eraan denkt, behalve als het bijna tijd is voor een volgende dosis. Neem nooit een dubbele dosis om een vergeten dosis in te halen.

Hoelang moet je dit geneesmiddel innemen?

Je moet dit geneesmiddel nemen tot je klachten volledig verdwenen zijn, vaak 2 tot 4 weken. Raadpleeg je arts, indien je klachten na 2 weken behandeling niet verbeteren.

Mogelijke bijwerkingen?

Dit geneesmiddel wordt in het algemeen goed verdragen. De meest voorkomende ongewenste effecten zijn misselijkheid, diarree en hoofdpijn.

LAST VAN MAAGZUUR OF REFLUX?

Wat met andere geneesmiddelen?

In sommige gevallen kan dit middel de werking van andere geneesmiddelen beïnvloeden. Vermeld daarom aan je arts of apotheker, als je nog andere geneesmiddelen inneemt, ook al heb je er geen voorschrift voor nodig.

Wanneer je arts raadplegen?

Raadpleeg onmiddellijk je arts bij:

- Uitstralende pijn naar arm, kaken of rug;
- Pijn bij het slikken of slikproblemen;
- Braken, verminderde eetlust, gewichtsverlies, ernstige vermoeidheid en/of hevige pijn;
- Zware ontlasting en/of braken van bloed;
- Indien je ouder bent dan 50 jaar en voor de eerste maal last hebt van maagzuur en zure oprispingen.

Raadpleeg ook je arts:

- Wanneer je klachten je slaap beïnvloeden;
 - Wanneer de klachten na twee weken niet verbeteren ondanks het gebruik van geneesmiddelen;
 - Als je meer dan 3 keer per week last hebt van maagzuur of reflux;
 - Als je binnen de 4 maanden na een vorige behandeling weer last hebt van maagzuur of reflux;
 - Als je minder dan een jaar geleden behandeld bent voor een maag- of darmzweer;
 - Als je hees bent, je astma-aanvallen erger worden, je last hebt van een aanhoudende hoest of een kriebelende keel;
 - Als je vermoedt dat je klachten veroorzaakt worden door een geneesmiddel. Sommige geneesmiddelen kunnen maagklachten veroorzaken zoals pijnstillers en ontstekingsremmers, geneesmiddelen voor de behandeling van osteoporose,...
- Praat erover met uw apotheker of huisarts!

Neem dit geneesmiddel niet langer dan 4 weken zonder advies van je arts!

Enkele niet-medicamenteuze tips ...

Vaak kunnen refluxklachten vermeden en verholpen worden door gezondere eetgewoonten.

- Vermijd of beperk het nuttigen van voedingsmiddelen en dranken die de zuurproductie door de maag verhogen of de werking van de sluitspier kunnen verminderen, zoals chocolade, munt, koffie en thee, gashoudende dranken, alcohol, zure fruitsappen, tomaten, gekruide gerechten, uien, te koud of te warme dranken.
- Vermijd overvloedige en vette maaltijden. Geef de voorkeur aan lichte maaltijden, maar frequenter, desnoods 5 kleinere porties per dag.
- Eet langzaam en kauw goed. Zo vermijd je een te volle maag.
- Buig niet voorover en vermijd intensieve inspanningen na de maaltijd.
- Wacht minstens 3 uren vooraleer naar bed te gaan.
- Heb je 's nachts last van reflux, verhoog dan het hoofdeinde van je bed door blokjes van ± 10 cm onder de poten van het bed te plaatsen. Extra hoofdkussens helpen niet, integendeel zij verhogen de druk op je maag doordat je lichaam zich plooit.
- Draag comfortabel zittende kleren. Spannende kleding of een strakke riem verhogen de druk op de maag.
- Probeer te vermageren in geval van zwaarlijvigheid.
- Stop met roken.
- Leer beter omgaan met spanning en stress.

Stempel apotheek