



Volkskrankheit Soddbrennen: Wann ist es eine chronische Erkrankung?

Unangenehmer Druck in der oberen Magengegend, häufiges brennendes Aufstoßen – Soddbrennen ist ein weit verbreitetes Leiden, mit dem sich die Betroffenen in den meisten Fällen einfach arrangieren. Aber chronisches Soddbrennen kann gefährlich werden. Ab wann Soddbrennen nicht mehr harmlos ist und was man dagegen unternehmen kann, erklären die Experten von dem Verbraucherportal Soddbrennen-Wissen.de (www.Soddbrennen-Wissen.de).

Berlin, 09. Februar 2017. Soddbrennen ist eine Volkskrankheit, die bis zu 20 Prozent aller Deutschen hin und wieder plagt. Unter der Erkrankung versteht man ein brennendes, manchmal auch schmerzhaftes Gefühl in der oberen Magengegend und hinter dem Brustbein, das teilweise über die Speiseröhre bis in den Hals ausstrahlt. Ursache für dieses Empfinden ist die Schwächung des unteren Speiseröhrenmuskels und damit verbunden ein Rückfluss (Reflux) der Magensäure in die Speiseröhre. Die approbierte Ärztin Mila Bauer von Soddbrennen-Wissen.de (www.Soddbrennen-Wissen.de) erklärt, wann eine chronische Erkrankung vorliegt und warum diese unbedingt medizinisch behandelt werden sollte.

Ursachen für Soddbrennen

Die Gründe für das Auftreten von Soddbrennen können sehr verschieden sein. Durch die heutigen modernen Diagnosemethoden lässt sich die Ursache für den Rückfluss aber meist schnell feststellen. „Bei einer ausführlichen Aufklärung des Patienten durch einen Mediziner kann die Ursache auch im Rahmen einer Selbstdiagnose erfolgen, z. B. mittels Beobachtung der eigenen Ernährungsweisen“, sagt Bauer. Falls ein eindeutig klares Resultat bei jeglichen medizinischen Tests ausbleibt, sollten psychische Aspekte einbezogen werden. „Langandauernde Stressphasen sowie schwerer emotionaler Druck können ebenfalls Soddbrennenbeschwerden verursachen“, erklärt Bauer.

Harmlos oder chronisch?

Gelegentlich auftretendes Soddbrennen ist im Allgemeinen relativ harmlos und kann schnell mit einfachen Methoden in den Griff bekommen werden. Tritt jedoch Reflux über einen längeren Zeitraum, 1-2 mal wöchentlich auf, so spricht man von der chronischen Refluxkrankheit. „Bei einer chronischen Erkrankung sollte unbedingt ein Arzt aufgesucht werden. Dadurch können auch mögliche ernste Leiden ausgeschlossen werden und durch gezielte Ursachenfindung eine passende Therapie entwickelt werden“, rät Bauer.

Warum ist chronisches Soddbrennen so gefährlich?

Der Rückfluss der ätzenden Magensäure kann die Schleimhautzellen in der Speiseröhre stark irritieren und Entzündungen der Speiseröhrenschleimhaut verursachen.



„Unbehandelt kann häufiges Sodbrennen weitere Komplikationen wie Geschwüre, Blutungen und sogar eine Umwandlung der Speiseröhrenzellen hervorrufen. Letzteres kann eine Vorstufe von Speiseröhrenkrebs sein“, sagt Bauer. Zudem kann chronisches Sodbrennen allmählich zu der Entstehung von chronischer Bronchitis bzw. Asthma führen.

Ernährungsumstellung und Sport als Präventionsmaßnahme

Je nach Ursache kann Sodbrennen oft schon durch einfache Umstellungen des Lebensstils vermieden werden. Ein Beispiel ist der Verzicht von säurehaltigen Getränken oder stark süßen und fettreichen Speisen. „Empfehlenswert ist zudem eine erhöhte Lagerung des Oberkörpers beim Schlafen, um so den Rückfluss der Säure zu verhindern. Regelmäßiger Sport, Yoga und autogenes Entspannungstraining als Ausgleich zu einem stressigen Alltag sind ebenfalls wirksam gegen Sodbrennen“, empfiehlt Bauer.

Über Sodbrennen-Wissen.de:

Sodbrennen-Wissen.de ist Deutschlands größtes Informationsportal für alle Themen rund um Sodbrennen, Reflux und Magensäureprobleme. Verbraucher finden dort über 1.300 Fachbeiträge zu häufigen und seltenen Krankheitssymptomen, -verläufen und Therapieverfahren – von klassisch bis homöopathisch. Die Redaktion von Sodbrennen-Wissen.de besteht aus Ärzten, Medizin-Journalisten sowie fachkundigen Medizin-Studenten aus höheren Semestern. Sodbrennen-Wissen.de wird von der Deutschen Gesellschaft für Gesundheitsinformationen im Netz mbH (DeGiN) betrieben. Der Sitz des Unternehmens ist Berlin.

Weitere Informationen sind zu finden unter: <https://www.Sodbrennen-Wissen.de>

Pressekontakt:

markengold PR GmbH
Katarzyna Rezza Vega | Ines Balkow
Münzstraße 18, 10178 Berlin
Tel. (030) 219 159 60 | Fax. (030) 219 159 69
sodbrennen-wissen@markengold.de | <http://www.markengold.de>