



### سوزش معده بیش از یک بار در هفته خطرناک است

یک فوق تخصص گوارش و کبد درباره علل سوزش سرمعه اظهار داشت: سوزش معده، سوزش پشت جناق، ترش کردن و بد مزه شدن دهان، همه نشانه‌هایی از بیماری بازگشت ترشحات معده به مری (ریفلاکس) است.

یک فوق تخصص گوارش و کبد درباره علل سوزش سرمعه اظهار داشت: سوزش معده، سوزش پشت جناق، ترش کردن و بد مزه شدن دهان، همه نشانه‌هایی از بیماری بازگشت ترشحات معده به مری (ریفلاکس) است.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از سلامت آنلاین، پیمان ادیبی در در شانزدهمین کنگره گوارش و کبد گفت: آن چیزی که بیماری را از حالت گذرا به ریفلاکس می برد، میزان آزاردهندگی یا تکرار ریفلاکس و عوارض آن در طی زمان است.

این فوق تخصص گوارش و کبد بیان کرد: این نشانه‌ها با خوردن یک غذای سنگین یا چرب در هر فردی برای مدت کوتاهی ایجاد می شود.

ادیبی عنوان کرد: اگر عوارض سوزش معده به طور متوالی تشدید شوند و به همراه استفراغ و درد آزاردهنده و هفته‌ای بیش از یک بار رخ دهد، آنگاه این سوزش بیماری محسوب می‌شود.

وی در خصوص عوامل تشدید کننده این بیماری گفت: پرخوری، تند غذا خوردن، خوردن مایعات فراوان همراه غذا، مصرف چای زیاد، چای پررنگ و بعد از غذا، مصرف دخانیات، نوشیدنی‌های الکلی سبب تشدید عوارض این بیماری می‌شود.

این فوق تخصص کبد و گوارش تاکید کرد: با اجتناب از عوامل تشدید کننده، دوری از مصرف غذا در فاصله کمی از خواب و مصرف غذایی که سبب ایجاد سوزش معده می‌شود، می‌توان تا حدودی عوارض این بیماری را کاهش داد.

ادیبی افزود: در علائم تازه و زودگذر، می‌توان از داروهای خنثی‌کننده اسید به صورت قرص یا شربت به میزان سه تا پنج قاشق از آنتی اسیدها استفاده کرد، این داروها ۱۵ تا ۳۰ دقیقه پس از مصرف، علائم را بهبود می‌بخشد.