



# Podręczny sposób na refluks i zgagę

Rozmowa z dr hab. n. med. Katarzyną Neubauer z Zakładu Dietetyki, Katedry Gastroenterologii i Hepatologii Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.

## Co to jest choroba refluksowa przełyku? Jakie są jej objawy i powikłania?

Choroba refluksowa przełyku to objawy i powikłania wynikające z zarzucania treści kwaśnej i niekwaśnej do przełyku. Najbardziej charakterystycznymi objawami choroby refluksowej są zgaga, czyli pieczenie, palenie, uczucie kwasu w przełyku, puste odbijania oraz regurgitacje, czyli cofanie treści żołądkowej do jamy ustnej i gardła. Dolegliwości mogą być wywoływane lub nasilane przez tłuste i obfite posiłki, potrawy pikantne, spożycie napojów gazowanych oraz alkoholu. U części pacjentów objawy wywołuje lub nasila schyłanie i pozycja leżąca (objawy w nocy). Nocna zgaga zakłóca sen, może być przyczyną koszmarów nocnych i złego samopoczucia następnego dnia. Lekarz może zdiagnozować chorobę refluksową przełyku na podstawie obecności typowych objawów. Choroba refluksowa może również przebiegać z obecnością tzw. zespołów pozaprzętkowych: kaszlu refluksowego, refluksowego zapalenia krtani, astmy refluksowej i nadżerek zębowych. Chorzy skarżą się wówczas na przewlekły kaszel, chrypkę, pochrząkiwanie, uczucie przeszkody w gardle, uczucie suchości w jamie ustnej.

Należy pamiętać, że choroba refluksowa przełyku to choroba przewlekła, która dotyczy osób w każdym wieku, zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Wiadomo również, że częściej chorują osoby po 50. roku życia, a wystąpieniu objawów sprzyjają: palenie papierosów, otyłość, dieta bogatotłuszczowa, brak aktywności fizycznej, czynniki genetyczne i stosowanie niektórych leków.

Podsumowując, jeżeli ktoś skarży się na zgagę, pieczenie i palenie przełyku czy też cofanie treści pokarmowej, to z dużym prawdopodobieństwem choruje na chorobę refluksową przełyku.

Niezwykle istotne jest, aby pamiętać, że choroba refluksowa przełyku wiąże się z ryzykiem wystąpienia poważnych powikłań: zapalenia przełyku, zwężenia przełyku, co może spowodować zaburzenia połykania, krwawienia z przewodu pokarmowego i – co najistotniejsze – zwiększa ryzyko rozwoju raka przełyku. Choroba refluksowa w istotny sposób obniża jakość życia.

## Jakie są przyczyny choroby refluksowej przełyku?

Podłoże choroby jest wieloczynnikowe. Wśród czynników, które mogą brać udział w rozwoju choroby, wymienia się: nieprawidłową czynność dolnego zwieracza przełyku, upośledzenie budowy i funkcji dolnego zwieracza przełyku, zaburzenie opróżniania żołądka i nadwrażliwość trzewną. Rozwojowi choroby sprzyjają inne schorzenia, np. cukrzyca, twardzina, polineuropatia alkoholowa.

## Na czym polega leczenie choroby refluksowej przełyku?

W leczeniu choroby refluksowej przełyku zaleca się zmianę stylu życia, która polega przede wszystkim na zmniejszeniu masy ciała u osób z nadwagą i otyłością i zaprzestaniu palenia papierosów. Zaleca się także ograniczenie zachowań, które sprzyjają wystąpieniu objawów, np. drzemki bezpośrednio po posiłku czy ćwiczeń obciążających tłocznię brzuszną. Dieta nie odgrywa kluczowej roli w leczeniu choroby refluksowej. Zaleca się unikanie spożywania napojów gazowanych,



alkoholu i pokarmów wywołujących objawy. Podstawowymi lekami w terapii choroby są leki hamujące wydzielanie kwasu solnego przez żołądek. Wybrani pacjenci są kwalifikowani do leczenia chirurgicznego.

Należy podkreślić, że istotne miejsce w leczeniu tej przewlekłej choroby zajmuje Esoxx One, który działa miejscowo i wspomaga leczenie objawów refluksu. Za skuteczność leku odpowiadają zawarte w nim kwas hialuronowy i siarczan chondroityny oraz specjalny nośnik poloxamer 407, dzięki któremu możliwe jest utworzenie mechanicznej bariery na błonie śluzowej przełyku. Kwas hialuronowy bierze udział w procesach regeneracji i gojenia, stąd też przyspiesza gojenie uszkodzeń błony śluzowej przełyku. Natomiast siarczan chondroityny zmniejsza uszkodzenia błony śluzowej spowodowane przez kwas żołądkowy. Ma on również działanie przeciwzapalne. Tym samym Esoxx One działa dwutorowo: przyspiesza gojenie powierzchniowych uszkodzeń błony śluzowej i nadżerek przełyku oraz zapobiega powstawaniu nowych. Skuteczność Esoxx One w usuwaniu objawów refluksu została potwierdzona w badaniach klinicznych.

### **Działanie**

Wykazano, że Esoxx One poprawia jakość życia pacjentów z chorobą refluksową przełyku. Jest niezwykle pomocny w tzw. refluksie epizodycznym, gdy objawy nie występują

codziennie i nie ma wówczas sensu przewlekle stosowanie leków. W celu eliminacji dolegliwości można wówczas przyjąć Esoxx One. Jest także zalecany w refluksie nocnym, należy wtedy zastosować 1-2 saszetki preparatu tuż przed snem. W sytuacji, gdy leczenie inhibitorami pompy protonowej jest nieskuteczne, można zastosować Esoxx One jako uzupełnienie podstawowej terapii. U osób, u których z różnych powodów (np. planowane badanie diagnostyczne) odstawiono inhibitor pompy protonowej, Esoxx One może być stosowany jako terapia pomostowa. Należy też podkreślić, że preparat jest skuteczny u chorych z uciążliwymi dolegliwościami, które należą do objawów pozaprzętkowych refluksu, tj. chrypką, suchością w gardle, chrząkaniem, uczuciem śluzu gardle.

Preparat stosuje się po głównych posiłkach i przed snem. Zaletą preparatu jest szybki początek działania oraz utrzymywanie się korzystnego efektu przez ponad 3 godziny. Preparat jest bezpieczny i ma postać wygodnych saszetek ułatwiających jego szybkie zastosowanie. W celu zapewnienia właściwego i skutecznego działania po przyjęciu Esoxx One przez 2-3 godziny nie należy spożywać posiłków.

Esoxx One jako preparat o udokumentowanej skuteczności w chorobie refluksowej przełyku jest zalecany w polskich wytycznych dla lekarzy rodzinnych, które zostały opublikowane w 2019 roku.

### **Piśmiennictwo**

1. Eusebi LH. et al. Global prevalence of, and risk factors for, gastro-oesophageal reflux symptoms: a meta-analysis. *Gut*, 2018, 67, 430-440
2. Savarino V. et al. Randomised clinical trial: mucosal protection combined with acid suppression in the treatment of non-erosive reflux disease – efficacy of Esoxx, a hyaluronic acid-chondroitin sulphate based bioadhesive formulation. *Aliment Pharmacol Ther*; 2017, 45, 631-642
3. Gąsiorowska A. i wsp. Postępowanie u pacjentów z objawami choroby refluksowej przełyku – rekomendacje dla lekarzy rodzinnych. *Lekarz POZ*, 2019, 3-4, 245-265