

Refluxul gastro-esofagian – Informații pentru pacienți

Definiție

Refluxul gastroesofagian (RGE) apare atunci când conținutul stomacului revine în esofag. RGE presupune regurgitarea acidului în esofag, deoarece sucurile digestive ale stomacului conțin acid. Uneori, persoanele care suferă de RGE pot simți gustul alimentelor sau al acidului până la nivelul gâtului. Acidul gastric ajunge în contact cu mucoasa esofagului și poate determina pirozis (arsuri). Astfel, pirozismul reprezintă o senzație neplăcută de arsură în piept, în spatele sternului, sau în partea superioară a abdomenului. Aparițiile ocazionale ale RGE sunt frecvente, dar există mai multe modalități de a ține RGE sub control:

- Evitați alimentele și băuturile care determină arsuri (pirozis), de exemplu, ciocolata, cafeaua, menta, mâncărurile grase sau condimentate, băuturile alcoolice, foarte reci sau foarte fierbinți;
- Nu mâncați în exces și încercați să slăbiți dacă sunteți supraponderali;
- Lăsați-vă de fumat!
- Serviți ultima masă pe zi cu 2-3 ore înainte de a merge la culcare;
- Luați medicamente (antiacide) care se vând fără rețetă.

Boala de reflux gastroesofagian (BRGE) este o formă mai gravă, cronică (de lungă durată) de RGE. Manifestările de RGE care apar de cel puțin două ori pe săptămână timp de câteva săptămâni ar putea fi BRGE; de-a lungul timpului, acestea pot duce la probleme mai grave de sănătate. Persoanele suspecte de BRGE trebuie să se prezinte imediat la medic.

Cauze

BRGE poate apărea indiferent de vârstă, uneori din motive necunoscute. BRGE apare atunci când sfincterul esofagian inferior (mușchiul care acționează ca o valvă între esofag și stomac) se slăbește sau se relaxează, în momente în care nu ar trebui să se relaxeze, aducând conținutul gastric înapoi în esofag. Herniile hiatale apar atunci când partea superioară a stomacului alunecă în torace prin lărgirea hiatusului diafragmatic. Herniile hiatale pot cauza BRGE din cauza acidului gastric care se întoarce în esofag, deși majoritatea nu produc simptome. Alți factori care contribuie la BRGE pot fi:

- obezitatea sau sarcina
- anumite medicamente, cum ar fi cele pentru astm, blocante ale canalelor de calciu și numeroase antihistaminice, analgezice, sedative și antidepresive
- fumatul sau inhalarea pasivă a fumului

Simptome

Pirozismul (arsurile) reprezintă principalul simptom al BRGE, deși acesta nu apare la toți adulții cu BRGE. Alte simptome digestive sau extradigestive pot fi:

- tusea uscată, cronică;
- astm și pneumonii recurentă;
- greață sau vomă;
- dureri în gât, răgușeală sau laringită - umflarea și iritarea laringelui;
- dificultăți sau durere la înghițire;
- durere în piept sau în partea superioară a abdomenului;
- eroziuni dentare și respirație urât mirositoare.

Diagnostic

Frecvent, primele măsuri care se iau pentru suspjecii de BRGE sunt schimbarea stilului de viață și administrarea unor medicamente (antiacide). Dacă simptomele se ameliorează în urma acestor metode de tratament, diagnosticul de BRGE nu mai necesită testare. Totuși, pentru a confirma diagnosticul, este posibil ca pacientul să aibă nevoie de evaluare, mai ales dacă simptomele nu se ameliorează. De asemenea, persoanele care ar putea avea BRGE și care au dificultăți la înghițire (disfagie) au nevoie de explorări.

- **Endoscopia digestivă superioară** presupune utilizarea unui videoendoscop (un tub mic și flexibil prevăzut cu iluminare și cameră video) pentru a observa tractul digestiv superior. După ce pacientului i se administrează un sedativ, gastroenterologul introduce cu atenție un endoscop prin gură și esofag până în stomac și duoden. Camera video transmite imagini către un monitor, permițând astfel examinarea mucoasei.
- **pH-metria esofagiană** este cel mai exact test de detectare a refluxului acidului, care măsoară cantitatea de lichid sau de acid din esofag. Acest test este util mai ales când este făcut alături de un jurnal minuțios care conține orele de masă, tipul și cantitățile alimentelor și simptomele BRGE care apar.
- **Manometria esofagiană** măsoară contracțiile musculare din esofag. Gastroenterologul poate solicita acest test atunci când pacientul este luat în considerare pentru intervenții chirurgicale anti-reflux.

Tratament

Tratamentul pentru BRGE poate include unul sau mai multe dintre elementele următoare, în funcție de gravitatea simptomelor: modificări ale stilului de viață, medicamente sau intervenții chirurgicale.

- **Modificările stilului de viață** pot ameliora simptomele BRGE astfel:

- Slăbind (dacă este cazul) sau purtând haine largi, deoarece hainele strâmte pot accentua refluxul;
- Rămânând în picioare timp de 3 ore după masă;
- Ridicând capul patului cu 15-20 cm cu ajutorul unor bucăți de lemn așezate sub picioarele patului (simpla folosire a unor perne în plus nu este utilă);
- Evitând fumatul și inhalarea pasivă a fumului de țigară.

- **Medicamente**

- Antiacidele sunt de obicei prima alegere a pentru a ameliora simptomele ușoare de BRGE și de pirozis. Totuși, antiacidele pot avea și efecte secundare, inclusiv diaree și constipație.
- Blocantele receptorilor H₂, cum ar fi cimetidina, famotidina, nizatidina și ranitidina, scad producția de acid și sunt de multe ori eficiente în cazul persoanelor cu simptome de BRGE. De asemenea, ele pot ajuta la vindecarea esofagului, deși nu în aceeași măsură ca inhibitorii pompei de protoni (IPP-uri).
- Inhibitorii de pompă de protoni (IPP-uri) includ omeprazol, lansoprazol, pantoprazol, rabeprazol și esomeprazol, sunt mai eficienți decât blocantele H₂ și pot ameliora simptomele și vindeca mucoasa esofagiană în majoritatea cazurilor de BRGE.

- **Intervențiile chirurgicale**

Atunci când pacientul nu poate ține sub control simptomele BRGE cu ajutorul medicamentelor sau prin modificarea stilului de viață, este posibil ca medicul de familie sau gastroenterologul să recomande intervenția chirurgicală. De asemenea, intervenția chirurgicală mai poate fi recomandată și în caz de BRGE cauzat de modificări anatomice sau în cazul simptomelor de BRGE care duc la probleme respiratorii grave.

- Fundoplicatura este tratamentul chirurgical standard pentru BRGE și duce, în majoritatea cazurilor, la menținerea sub control a BRGE pe termen lung.

Referințe

1. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/health-topics/digestive-diseases/ger-and-gerd-in-adults/Pages/overview.aspx>, cited on 01/09/2016.
2. <http://www.uptodate.com/contents/acid-reflux-gastroesophageal-reflux-disease-in-adults-beyond-the-basics>, cited on 01/09/2016.
3. <https://medlineplus.gov/gerd.html>, cited on 01/09/2016.