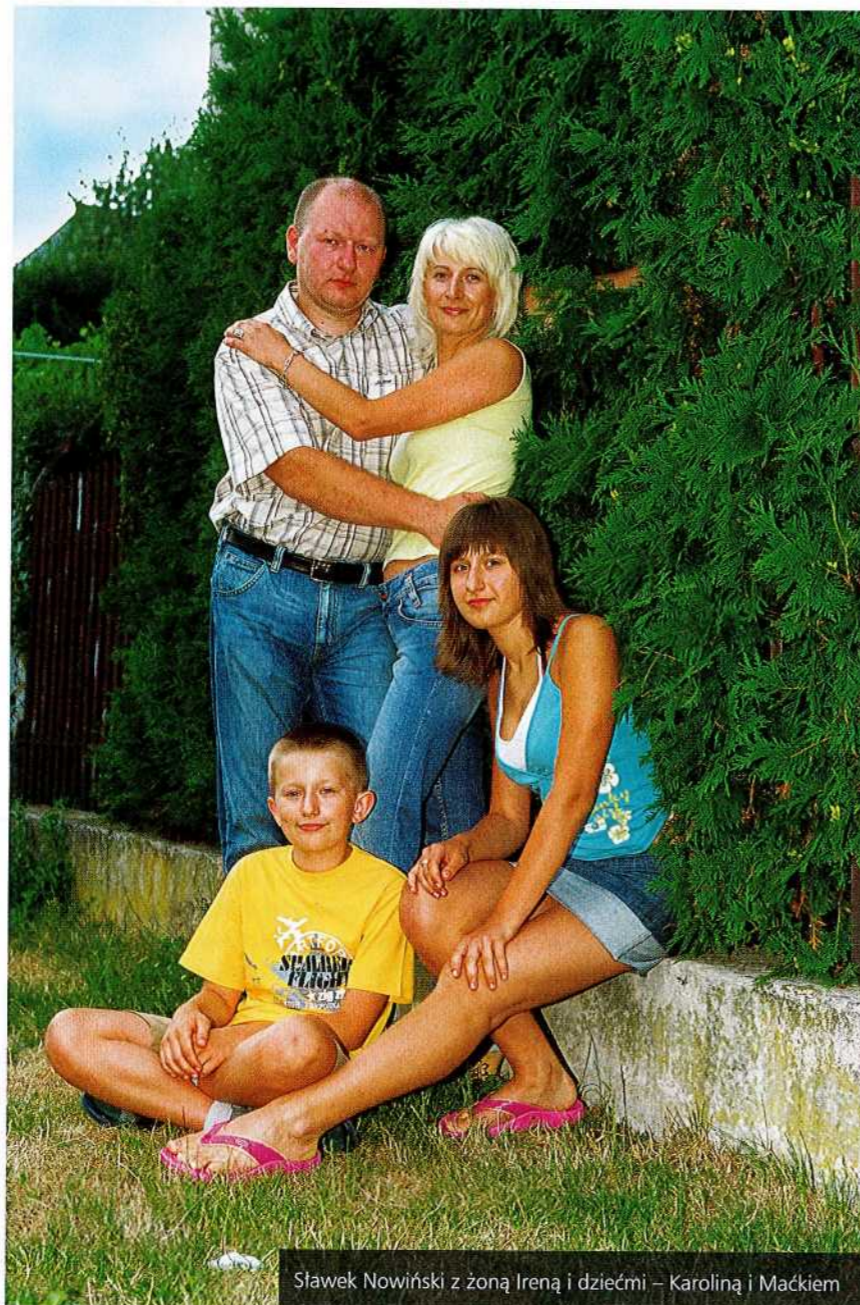


Jedzenie znów sprawia mi radość

Problemy z niestrawnością doskwierały mi od wielu lat - wspomina Sławek Nowiński z Lublina. - Już w dzieciństwie miewałem zgagi i uczucie pieczenia w przełyku. Z biegiem lat żołądek „nauczył” mnie, czego nie powinienem jeść. Doskonale wiedziałem, jak mój organizm zareaguje na konkretne produkty i potrawy. Wiele z nich musiałem ograniczyć, z innych zrezygnować całkowicie np. ze smażonych i tłustych potraw mięsnych, frytek, słodczy, napojów gazowanych. Musiałem ograniczyć ilość zjadanych ziemniaków oraz wszelkiego rodzaju wędlin.



Sławek Nowiński z żoną Ireną i dziećmi – Karoliną i Maćkiem

Wrażliwy żołądek

Niestety ta iista ciągle się powiększała. Sławek zauważył, że coraz więcej rzeczy mu szkodzi, a przykre objawy nasilają się. - Myślałem, że mój żołądek z upływem czasu staje się bardziej wrażliwy - mówi.

- Przez to jedzenie nie sprawiało mi już takiej przyjemności jak dawniej. Nie mogłem czerpać pełnej radości z niedzielnego obiadu zjedzonego w towarzystwie żony i dzieci. Zawsze istniało niebezpieczeństwo, że pojawią się uciążliwe

dolegliwości. Jadłem więc w stresie, a to dodatkowo pogarszało mój stan. Sławek pogodził się z tym, że pieczenie w przełyku, zgaga i uczucie niesmaku w ustach mogą wystąpić w każdej chwili. Nie tylko zaraz po jedzeniu. - Coraz częściej czułem, że pokarm cofa mi się z powrotem do przełyku - mówi. - W pracy, w autobusie, w sklepie, nawet w kościele. Zawsze musiałem mieć przy sobie jakieś tabletki łagodzące objawy zgagi i wodę, która nieraz okazywała się bardziej skuteczna od medykamentów. Znajomi polecili mi, abym wypijał szklankę wody, gdy zaczynałem odczuwać pierwsze symptomy chorobowe. Razem z wodą treść żołądkowa wracała na swoje miejsce.

Kłopoty sercowe?

W wyniku częstego zrzucania pokarmu Sławek nawet kilka razy w miesiącu chorował na zapalenie przełyku. W grudniu 2004 roku, do „zwyczajnych” objawów doszły jeszcze bóle i skurcze w klatce piersiowej. Sławek zgłosił się do lekarza. Był przerażony. Myślał, że w wyniku tych wszystkich kłopotów gastrycznych i stresu, jaki w związku z tym przeżywał, nabawił się choroby serca. Któregoś dnia skurcze były tak silne, że podejrzewał zawał. Pani doktor wyprowadziła go z błędu. Badanie gastroskopem wykazało refluks. - Zrozumiałem, że moje wszystkie kłopoty z żołądkiem to objawy tej choroby, łącznie z bólami w klatce piersiowej - mówi Sławek. - Nie miałem wrażliwego żołądka, nie byłem alergikiem, nie doskwierała mi niestrawność. Przez wiele lat chorowałem na refluks. Pani doktor przepisała mi specjalny antybiotyk (controlog), który miał poradzić sobie z moimi problemami. Nadzieje Sławka na szybkie wyzdrowienie błyskawicznie rozwiąły się. Dzięki antybiotykowi ustąpiło zapalenie przełyku, ale pozostałe objawy choroby utrzymywały się. Treść żołądkowa kilka razy dziennie cofała się do przełyku, a bóle w okolicy mostka trwały od kilku do kilkunastu minut.

Leczenie refluksu

Sławek raz w miesiącu zgłaszał się na wizytę kontrolną i raz w miesiącu pani doktor stwierdzała, że nie nastąpiła żadna poprawa. Przepisywała ten sam antybiotyk. Po roku uznała, że dalsza kuracja nie ma sensu. Jedynym rozwiązaniem jest operacyjne leczenie refluksu. - Przez ten rok mój stan zdrowia nie poprawił się - mówi Sławek. - Wiedziałem jedynie, na co choruję i z czego wynikają

moje dolegliwości. Nie chciałem zgodzić się na operację. Postanowiłem udać się do innego lekarza. Ten zbadał mnie i stwierdził, że mam chorą wątrobę i trzustkę i to jest przyczyną mojego stanu zdrowia. Dopiero później okazało się, że to przez antybiotyk, który przyjmowałem za długo. Zapisane leki i tym razem nic nie wskórały. Kolejne nieskuteczne kuracje i lekarze, którzy załamywali ręce. W ciągu dwóch lat Sławek odwiedził czterech specjalistów. - Było mi już obojętne, jaki tok leczenia zaproponuje nowy lekarz, jakie leki zastosuje - wspomina. - Chciałem, aby ktoś w końcu mi pomógł. Marzyłem o tym, aby w spokoju zjeść posiłek.

Jeść normalnie

W maju 2005 roku szwagierka, Barbara Staniak poleciła Sławkowi Alveo. - Powiedziała, że ten preparat może mi pomóc - wspomina. - Zacząłem od sześciu miarek dziennie. Po miesiącu zauważyłem znaczną poprawę. Zgaga dokuczała mi rzadziej, bóle złagodniały. Treść żołądka już nie była tak często zrzucana do przełyku. Stopniowo zmniejszałem dawki preparatu i obserwowałem swój organizm. Po roku stosowania Alveo Sławek czuje się znakomicie. Objawy, które kiedyś towarzyszyły mu na co dzień, dziś występują najwyżej raz w miesiącu i są o wiele łagodniejsze. - Nie wiem już, co to jest zgaga, nie odczuwam bólu w klatce piersiowej - mówi. - Zauważyłem też dodatkową korzyść - schudłem piętnaście kilogramów, bez stosowania żadnej diety. Można nawet powiedzieć, że jem dużo więcej niż kiedyś. Odkąd zacząłem pić Alveo, mam lepszy apetyt. A to, że po jedzeniu nie odczuwam żadnych przykrych dolegliwości, też nie pozostaje bez wpływu na moje łaknienie. Dzięki żonnie wyeliminowaliśmy z rodzinnego jadłospisu większość pokarmów, które zakwaszają organizm, co dodatkowo przyspieszyło i wzmocniło efekty mojej kuracji. A kiedy odzyskałem równowagę organizmu, w naturalny sposób pozbyłem się zbędnych kilogramów. Mam również lepsze wyniki badań - np. cholesterol z 350 mg/dl zmniejszył mi się do 150 mg/dl. Jednak najważniejsze dla mnie jest to, że znów mogę jeść bez stresu, a jedzenie sprawia mi przyjemność. Bardzo długo na to czekałem.

• Grażyna Michalik

Co to jest refluks?

Refluks żołądkowo-przełykowy to zrzucanie treści żołądkowej do przełyku. Treść żołądka ma charakter kwaśny, uszkadza błonę śluzową przełyku i w konsekwencji powoduje zapalenie przełyku.

Przyczyny

Przyczyną choroby refluksowej przełyku jest nadmierne i przedłużone rozluźnienie dolnego zwieracza przełyku. W warunkach prawidłowych fala perystaltyczna docierająca do zwieracza (wraz z kęssem pokarmowym, połkniętym płynem) powoduje jego zwiotczenie na 6-10 sekund. Zwieracz umożliwia więc przejście połkniętego kęsa do żołądka i natychmiast znowu się obkurcza. Przedłużenie zwiotczenia zwieracza, tzw. czasu relaksacji (u chorych nawet do 60 sekund) powoduje zrzucanie treści żołądkowej do przełyku i w rezultacie jego zapalenie. Zaburzenie czynności dolnego zwieracza przełyku może być związane z zabiegami operacyjnymi w obrębie żołądka, przepukliną rozworu przełykowego, a także z nikotyną, alkoholem, kawą i niektórymi lekami.

Objawy

Podstawowym objawem jest pieczenie za mostkiem, zgaga, ból i uczucie dyskomfortu w nadbrzuszu. Okresowo może występować ulewianie treści żołądkowej lub zwracanie pokarmów, odbijanie. Objawy na ogół nasilają się w pozycji leżącej lub przy schyłaniu.

Leczenie

Leczenie farmakologiczne obejmuje stosowanie leków zmniejszających kwaśność soku żołądkowego i poprawiających motorykę przełyku. Leczenie zwykle należy kontynuować przez dłuższy czas. W przypadku braku efektu po leczeniu zachowawczym czasami konieczny jest zabieg chirurgiczny. Nieleczony refluks może wywołać poważne powikłania, w tym zwężenie przełyku, krwawienie z uszkodzonego przełyku, a nawet nowotwory. Z tego powodu nie można lekceważyć objawów tej choroby.