



## MAGENBRENNEN

### Was ist Magenbrennen?

Magenbrennen, Sodbrennen und Refluxkrankheit bedeuten weitgehend dasselbe: Die scharfe Magensäure fliesst vom Magen in die Speiseröhre zurück und löst dort brennende Schmerzen aus. In ausgeprägten Fällen kann die Säure die Schleimhaut der Speiseröhre angreifen und Wunden oder sogar Verengungen verursachen,

Dieser Säurerückfluss (Reflux) und als Folge davon das Magenbrennen entstehen, wenn der Mageneingang nicht dicht schliesst (siehe Bild). Dies kommt bei fast allen Menschen gelegentlich vor. Zu einer Krankheit wird es erst bei regelmäßigem Auftreten oder bei Schädigungen der Speiseröhrenwand. Dies ist in jedem Alter möglich und in der Schwangerschaft besonders häufig.



“Brennende Speiseröhre”

**Ursachen** von Reflux sind: Eine Schwäche des Schliessmuskels am Mageneingang, eine Hiatushernie (Deutsch: “Zwerchfellbruch”, siehe Bild unten) oder ein erhöhter Druck im Magen oder Bauch.

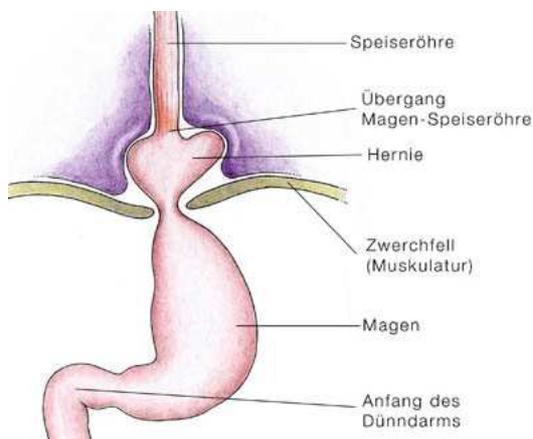


Bild: Zwerchfellbruch, d.h. der Mageneingang ist durch das Zwerchfell in den Brustraum gerutscht.

### Symptome und Diagnose

Der brennende Schmerz im Magenwinkel und hinter dem Brustbein ist das Hauptsymptom der Refluxkrankheit. Es tritt besonders nach dem Essen, beim Bücken oder Heben und im Liegen auf. Häufig sind auch Säuregeschmack im Mund, Kratzen im Hals oder chronischer Husten. Manchmal ahmt der Schmerz hinter dem Brustbein eine Herzkrankheit nach.

Die **Diagnose** stellen viele Patienten selbst aufgrund der typischen Symptome, die oft jahrelang dauern. Sie behandeln sich dann selbst mit Mitteln aus der Drogerie.

Wenn die Symptome immer wieder auftreten, sehr häufig oder intensiv sind und immer, wenn eine Schluckstörung auftritt, ist ein Arztbesuch notwendig. Der Arzt entscheidet mit Ihnen, ob zuerst eine medikamentöse Behandlung oder eine **Endoskopie** (Magenspiegelung) durchgeführt werden, um Geschwüre oder Krebs auszuschliessen.

Bei der Endoskopie untersucht man die Speiseröhre, den Magen und den 12-Fingerdarm. Im Bild rechts sieht man den entzündeten, vernarbten und verengten Mageneingang als Folge einer Refluxkrankheit. Hier ist eine intensive Behandlung wichtig.



### Behandlung und Vorbeugung

Vor jeder Behandlung sollen folgende Regeln eingehalten werden:

- Häufige, kleinere Mahlzeiten, die letzte 4 Stunden vor dem Zubettgehen.
- Meiden von Alkohol, Nikotin und Kaffee
- Keine einengenden Kleider tragen
- Gewichtsabnahme auch bei nur leichtem Übergewicht.

Zusätzlich gibt es sehr wirksame und gut verträgliche Medikamente, sogenannte **Säureblocker**. Sie müssen oft über lange Zeit eingenommen werden.

Eine **Operation** ist nur in ausgewählten Fällen empfehlenswert, da oft auch nachher Beschwerden vorhanden sind.

# Praxisinformationen



## Alles Gute für Mael!

Dr. Beni Lutz und seine Frau Regula haben am Sonntag, 11. Januar 2009 ihr drittes Kind Mael bekommen. Er schläft wohl bewacht von seinen Geschwistern Noe und Livio.

Wir gratulieren der ganzen Familie von Herzen, wünschen ihnen viel Freude mit Mael und alles Gute für die Zukunft!

### Praxislabor - 353 Briefe an den Bundesrat!

Wie Sie wissen, ist das Praxislabor bedroht durch eine Tarifrevision, die keinen kostendeckenden Betrieb mehr erlaubt. Wir haben Sie deshalb gebeten, einen Brief an Bundesrat Couchepin zu unterzeichnen, der dies verhindern soll.

Wir haben insgesamt 353 Unterschriften von Ihnen erhalten und nach Bern gesandt. Wir hoffen, dass sie dort etwas bewirken und danken Ihnen herzlich für Ihre Unterstützung!

### Änderung der Sprechstundenzeiten: Frau Dr. Katrin Zingg



hat ihre Sprechstundenzeiten geändert. Sie arbeitet neu am Montagvormittag und ist am Montagnachmittag nicht in der Praxis. Die übrigen Zeiten bleiben unverändert.

### Abwesenheiten ÄrztInnen

Dr. B. Lutz	24.1 - 1.2.2009
Dr. P. Gonzenbach	2.2. – 14.2.2009
Frau Dr. S. Manser	25.1.- 4.2.2009
Dr. H.U. Schläpfer	23.3.–29.3.2009
Dr. P.Wild	24.1. – 1.2.2009
Frau Dr. K.Zingg	25.3. – 5.4.2009

**Am Praxisskitag 12.März 2009  
Ist die Praxis geschlossen!!!**

### Veränderungen im Praxisteam in den kommenden Monaten

**Frau Ursula Weibel**, unsere erfahrene und kompetente Praxislaborantin, tritt im 2.Quartal dieses Jahres in den verdienten Ruhestand.

**Frau Jessica Gämperle** wird in wenigen Wochen zum ersten Mal Mutter. Wir wünschen ihr schon jetzt alles Gute! Sie wird nach ihrem, Mutterschaftsurlaub zurückkehren und die nachfolge von Frau Weibel antreten.

**Frau Cornelia Eugster** tritt neu am 26.Januar 2009 bei uns ein, um das Team zu verstärken. Wir heissen sie herzlich willkommen!



PRAXIS BRUNNENHOF



### Notfallnummer

Im Notfall wählen Sie bitte immer zuerst

**Tel 071 352 42 20**  
(auch nachts und am Wochenende))

Wenn Sie uns so ausnahmsweise nicht erreichen, lautet die Notfallnummer für Herisau:

**0900 144 000**

Weitere Infos auf: [www.praxis-brunnenhof.ch](http://www.praxis-brunnenhof.ch)