



# Quando lo stomaco è in fiamme

Mariolina De Angelis\*



**L**a digestione è un processo essenziale per la vita degli individui perché attraverso essa il cibo ingerito è trasformato in sostanze semplici e quindi più facilmente assimilabili e assorbibili dall'organismo permettendo così la sopravvivenza. I principali attori di questa funzione sono i succhi gastrici la cui caratteristica principale è l'elevata acidità. In condizioni normali il contenuto acido dello stomaco rimane confinato in quest'organo le cui pareti sono adeguatamente protette e svolge la sua fun-

zione digestiva in maniera efficiente. L'utilizzo di farmaci quali antinfiammatori non steroidei (aspirina), lo stress, una alimentazione scorretta, l'assunzione di alcool o l'infezione da *helicobacter pylori*, possono provocare bruciore di stomaco. Questa eccessiva acidità può essere avvertita a livello della bocca dello stomaco, con sensazioni di bruciore, crampi, gonfiore, nausea e pesantezza; in particolari frangenti il contenuto acido dello stomaco tende a risalire verso l'esofago le cui pareti non sono protette come quelle dello stomaco causando bruciore. Questo fenomeno chiamato reflusso gastroesofageo si manifesta con un rigurgito acido e può essere descritto come una sensazione di bruciore in gola e anche a livello

del torace. Può essere sia condizione episodica oppure frequente. Quando questa è frequente viene definita malattia da reflusso gastroesofageo. Cosa fare allora? E' possibile provenire molti dei sintomi legati all'iperacidità gastrica attraverso alcune regole dettate da un corretto stile di vita: ridurre lo stress, fare pasti frequenti poco abbondanti e a orari regolari, masticare lentamente evitando alimenti grassi e speziati, bevande gasate e caffeina, eliminare o limitare l'assunzione di alcool e di fumo, usare tecniche di cottura leggera come forno, griglia o vapore. Inoltre è importante mantenere il peso forma con un esercizio fisico regolare, utilizzare indu-

menti comodi, che non esercitino una pressione sullo stomaco. Sarebbe opportuno anche evitare di sdraiarsi subito dopo aver mangiato e se si soffre di rigurgiti, alzare la testiera del letto di qualche centimetro. E se tutto ciò non basta?? In farmacia si possono trovare diversi presidi farmaceutici indicati in caso di bruciore e acidità, differenti tra di loro per principi attivi e meccanismo d'azione. Ci sono gli antiacidi che sono sostanze chimiche che neutralizzano l'acidità, esempi sono l'idrossido di magnesio e l'idrossido di alluminio (Maalox) e il citrato. Essi sono dei rimedi immediati contro i sintomi e possono essere usati al bisogno e più volte al giorno. Ci sono poi gli an-

tisecretori, i cosiddetti inibitori di pompa protonica (Pantoprazolo). Questi farmaci riducono la produzione dell'acido nello stomaco perché vanno ad agire sulle cellule che lo producono. Sono molto potenti, hanno una lunga durata d'azione, ma richiedono trattamenti specialistici pertanto non possono essere acquistati senza presentazione di ricetta medica. Ricordiamoci inoltre che il dosaggio e la quantità viene sempre stabilita dal medico curante. In questo inserto specialisti quali gastroenterologo, ginecologo, nutrizionista e cardiologo, analizzano le varie sfaccettature di queste patologie che sono molto diffuse e complesse e spesso sottovalutate.

\*Farmacista



► **MRGE.** (Malattia da Reflusso GastroEsofageo) è un subdolo imitatore di sintomi, sospetti per patologie molto più gravi ed urgenti

# L'esofagite da reflusso e il cuore



Fiore Candelmo\*



**U**n paziente con dolore toracico è, fino a prova contraria, un soggetto ad alto rischio, la cui diagnosi è orientata alla ricerca di patologie potenzialmente gravi il cui trattamento deve essere eseguito con possibile urgenza. Ma questa ricerca è

estremamente complessa. Una ragionevole certezza sulla causa del dolore, infatti, può essere raggiunta solo dopo accurate indagini cliniche e strumentali, indagini che, spesso, non riescono comunque a dissipare tutti i dubbi sull'origine del sintomo.

L'approccio al dolore toracico quindi è un atto medico complesso che impiega (consuma) risorse sia intellettuali che strumentali, che costringe il paziente a lunghe attese prima di giungere alla diagnosi più probabile: è una situazione molto frequente (circa il 5% di tutti gli accessi al PS) ma fortunatamente altrettanto spesso benigna (80% dei casi non è di origine cardiaca).

Molte possono essere la patologie causa di dolore toracico: tra queste il reflusso gastroesofageo, che i gastroenterologi bravi chiamano MRGE (Malattia da Reflusso GastroEsofageo) è un subdolo imitatore di sintomi, sospetti per patologie molto più gravi ed urgenti (infarto miocardico, dissecazione aortica), malattie la cui diagnosi tempestiva può fare la differenza tra la vita e la morte.

Quindi, al momento di visitare un paziente con dolore toracico, il medico, soprattutto se impegnato in un settore di emergenza/urgenza, cerca di scoprire se i sintomi che il paziente lamenta sono segno di urgenza in corso oppure di qualcosa di più banale: al paziente non resta che collaborare, cercando di fornire le informazioni nel modo più chiaro possibile e avere pazienza, tanta pazienza....

Proprio perché è difficile e complesso raggiungere rapidamente una diagnosi, il dolore toracico può essere valutato con degli "score", una quantificazione numerica dei sinto-



mi che consente di escludere i casi più facili e porre maggiore attenzione a quelli probabilmente più severi. Un modo forse poco romantico di fare il medico ma che permette una maggiore obiettività di giudizio in un campo così difficile.

Un giovane (o ancor meglio una giovane) che abbia dolore toracico è molto probabilmente un caso non serio, un anziano con molti fattori di rischio al contrario dovrà essere oggetto di particolare attenzione. Ma poi ci sono sempre i casi particolari...

Il dolore dell'esofagite è generalmente presente da tempo, da quando il paziente ha ricevuto la triste notizia di esservi affetto (già, perché l'esofagite è una bella gatta da pelare...) e da allora non lo dimentica più. Sa perfettamente come e quando compare, ne descrive bene le caratteristiche, sa anche che alcuni cibi lo provocano con facilità. Ma ciò non è talora sufficiente a rassicurare il paziente. La sovrapposizione che spesso si verifica tra dolore cardiaco e dolore da esofagite è talmente stretta che distinguere le due patologie con il solo dato clinico, con quello che racconta il paziente, è un'impresa. Oltretutto se etichettiamo un infarto come esofagite, fac-

ciamo danni.

Ma non è solo il dolore sintomo di esofagite: anche la tosse, per irritazione delle prime vie aeree da parte dei succhi gastrici che risalgono l'esofago, è spesso un sintomo presente. Tosse stizzosa, che non risponde alle

cure tradizionali, che si presenta lontano dai pasti, che si accentua con la posizione supina. Una tosse che viene curata per altro per lungo tempo. Ma non basta. A volte il paziente con MRGE si presenta con aritmie, palpitazioni, extrasistolia. Molte altre patologie del tratto gastroenterico si accompagnano alle extrasistoli (la colecisti calciosa ad esempio) ma probabilmente queste irregolarità del battito sono solo una conseguenza dei sintomi principali (il dolore della colica biliare di per se potrebbe causare le aritmie)

Coma fa il paziente a scegliere se andare al PS oppure restare a casa? Impossibile dare consigli, anzi sarebbe un errore grave suggerire comportamenti su queste pagine.

Probabilmente il paziente sa già da solo se questi sintomi sono qualcosa di nuovo o invece roba già ben conosciuta. Il proprio fiuto non va sottovalutato, ma ricordare sempre che trascurare un dolore nuovo, che si presenta senza una sede precisa e spesso compare da sforzo, dopo una breve salita ad esempio, non depono per una semplice esofagite ma per qualcosa di più serio.

\*Cardiologo - Unità Operativa di Cardiologia - "S.G. Moscati"

## Ambulatorio MAL DI SCHIENA



**DIAGNOSTICA IRPINA**  
**VIA FRATELLI DEL GAUDIO, 5 AVELLINO**  
**Tel. 346 6037883**

- PREPARAZIONI GALENICHE E MAGISTRALI
- FARMACI VETERINARI
- PUNTOBLU.
- PRENOTAZIONE & TICKET

**Farmacia Amodeo**  
Via Tagliamento, 42/44 - 83100 Avellino - Tel. 0825 36917  
www.farmaciamodeo.it - farmaciamodeo@libero.it

- CONTROLLO DELLA PRESSIONE
- CONSULENZE DERMOCOSMETICHE
- FIDELITY CARD CIRCUITO IPERNETWORK

► **ORMONI.** Anche lo stomaco ne è interessato e questo fa sì che si svuoti più lentamente

# La pirosi gastrica in gravidanza

Mario Polichetti\*



La pirosi gastrica, ovvero la fastidiosa sensazione di bruciore di stomaco a volte accompagnata da acidità, è una condizione molto comune in gravidanza. Questo tipo di fastidio è avvertito dalla paziente come un vero e proprio dolore retrosternale urente. Nella maggior parte dei casi i sintomi compaiono nel secondo o nel terzo trimestre, continuano per tutta la gravidanza e si risolvono dopo il parto, ma si possono manifestare anche nei primi mesi di gestazione. La presenza del bruciore di stomaco in gravidanza deve ascriversi al fatto che l'organismo subisce diverse trasformazioni per lo più dirette dall'azione degli ormoni.

Le modificazioni ormonali portano ad un aumento del progesterone che provoca il rilassamento della muscolatura liscia dell'organismo: anche lo stomaco ne è interessato e questo fa sì che si svuoti più lentamente. L'aumento del progesterone incide anche



sulla valvola che si trova tra esofago e stomaco che, essendo più rilassata, ha una tenuta minore e permette la risalita del contenuto acido dello stomaco a livello esofageo, con conseguente irritazione delle pareti. Gli episodi di bru-

ciore e acidità peggiorano con l'avanzare della gravidanza, in quanto l'aumento di dimensioni dell'utero esercita una crescente pressione intraddominale che comporta uno spostamento dello stomaco verso l'alto con diminu-

zione della sua capacità, rallentamento della digestione e ulteriore malfunzionamento della valvola gastroesofagea. Le modifiche dello stile di vita spesso possono essere sufficienti per controllare la sintomatologia, soprattutto quando lieve. È consigliabile modificare le proprie abitudini alimentari, privilegiando pasti leggeri e frequenti e riducendo il consumo di tè, caffè, bevande gassate e zuccherate e di cibi speziati, grassi, fritti e acidi come pomodoro, agrumi, cioccolato e menta. È importante tener presente che anche il fumo aumenta il reflusso gastroesofageo. È raccomandabile inoltre non coricarsi subito dopo aver mangiato, dormire in posizione lievemente inclinata ed evitare abiti aderenti che possono aumentare la pressione sullo stomaco e sull'addome. Ci sono diversi farmaci anti reflusso considerati sicuri in gravidanza, ma la loro assunzione deve essere consigliata dal medico e avvenire sotto il suo controllo.

\*Direttore Vicario Gravidanza a Rischio Azienda Universitaria Salerno

## LA RICETTA

### Piante officinali

Sono difese le piante officinali utilizzate sotto forma di tisane ed infusi utili per l'acidità per il reflusso gastroesofageo.

L'iperico, la liquirizia (radice) la passiflora, e la camomilla rappresentano, insieme agli alginati, le piante più utilizzate per queste patologie. Non meno importanti lo sono i semi di lino e i semi di cha che praticamente creano una barriera protettiva lungo la mucosa gastroesofagea proteggendola quindi dagli agenti aggressivi. L'altea, la malva e il lichene islandico (fungo), se utilizzate sotto forme di tisane, riescono molto velocemente ad alleviare i classici sintomi della gastrite. Inoltre la melissa e la camomilla, essendo blandamente sedative, "calmano" il mal di stomaco soprattutto nei casi in cui alla base del disturbo ci sia anche una componente ansiosa.

Ecco una ricetta tratta dal Formulario Farmaceutico del 1867 della Farmacia Imperio di Forino:

Una tisana per calmare i mal di stomaco

#### Composizione:

30g di calendola (fiori)  
30g di liquirizia (radice)  
20g di altea (radice)  
20g di melissa (foglie)

Fare di ciò miscela un cucchiaino raso della stessa va posto in un pentolino con 250g di acqua fredda. Portata ad ebollizione per 3/4 minuti va lasciata riposare, successivamente filtrata ed edulcorata a piacere prima di berla.

**Dosaggio:** 2 tazze al giorno prima dei pasti principali.



Casa di Cura VILLA MARIA  
MIRABELLA ECLANO AV

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

TEL. **0825 407301**

### REPARTI

convenzionati col S.S.N.

• **CHIRURGIA**

**GENERALE**

• **ORTOPEDIA**

• **OCULISTICA**

• **UROLOGIA**

• **ONCOLOGIA**

[www.casadicuravillamaria.it](http://www.casadicuravillamaria.it)

### SERVIZI:

• **ANESTESIA E TERAPIA INTENSIVA**

• **DIAGNOSTICA PER IMMAGINI**  
TC MULTISTRATO (128) REVOLUTION EVO GE

La TAC con minima esposizione alle radiazioni  
RMN SIGNA Explorer GE

La rivoluzionaria Risonanza per tutti i pazienti!

• **ENDOSCOPIA**

• **RADIOTERAPIA**

**AD ALTA**

**SPECIALIZZAZIONE**

UPMC HILLMAN  
CANCER CENTRE  
Villa Maria

• SERVIZI SANITARI ALL'AVANGUARDIA • UN TEAM ALTAMENTE SPECIALIZZATO • TEMPI DI ATTESA BREVI PER TUTTE LE PRESTAZIONI

Fare manutenzione  
vuol dire prendersi cura

*Di te e di chi ami*

P&R | pubblierolando.it

## **manutenzione**

/ma·nu·ten·zió·ne/

Il complesso delle operazioni necessarie a conservare la conveniente funzionalità ed efficienza, per garantire la sicurezza delle strutture e delle persone.



Forse non saremo la prima cosa che noterai