

Inhalt

1 Ursachen: Was führt zu Reflux? 11

Die Daten sind alarmierend ...	12
Die Dysbalance des Stoffwechsels	13
Energiefresser schwächen das Anti-Reflux-Ventil	16
Anatomie und Funktion der Speiseröhre	17

2 Stadien der Erkrankung und Beschwerden 21

Frühstadium der Refluxkrankheit: Der vermeintliche Magenschmerz	22
Mittleres Stadium der Refluxkrankheit: „Speiseröhren- Trompete“ mit Sodbrennen, Brustschmerzen, Halsbeschwerden, Asthma	24
Fortgeschrittenes Stadium der Refluxkrankheit	26

3 Speiseröhre in Gefahr! 29

Beschwerden und Gewebsveränderungen	30
Die Bildung der „Speiseröhren-Trompete“	31
Zwerchfellbruch oder doch nicht?	32
Die Refluxschleimhaut	34
Zylinderzellen und Hosenknopfzellen: Was die Schmerzen verursacht	37
Schmerzfrei heißt nicht gesund!	39
Krebsrisiko durch Becherzellen	39
Refluxschleimhaut nach Therapie?	43

4 Reflux auf der Spur: Diagnosemethoden 45

Typische und atypische Refluxbeschwerden	46
Das ärztliche Gespräch	51
Magen- und Speiseröhrenspiegelung – Krebsvorsorge	54
Reflux-Notfall	64
Druck-, Transport- und Refluxmessung der Speiseröhre	67

5 Welche Reflux-Therapie? 77

Medikamente	78
Anpassung des Lebensstils (Reflux-Medical-Methode)	80
Anti-Reflux-Operation (Fundoplikatio)	83
LINX Reflux Management System (Magnetring)	91
Stimulation mit dem EndoStim-Schrittmacher	101
HALO®-Radiofrequenzablation bei Krebsvorstufen (Barrett-Ösophagus)	102
Reflux in der Schwangerschaft	109

6 Das erfolgreiche Ernährungskonzept | 13

In welchen Nahrungsmitteln ist konzentrierter Zucker enthalten?	116
Das Prinzip der Anti-Reflux-Ernährung	120
So leicht geht's: ohne konzentrierten Zucker durch den Tag ..	121
Fragen und Antworten	124
Köstliche Gerichte, die Magen und Speiseröhre guttun	127

Anhang | 35

Patientenbeispiele gelistet	136
Quellenverzeichnis	137
Stichwortverzeichnis	139
Über die Autoren	142

