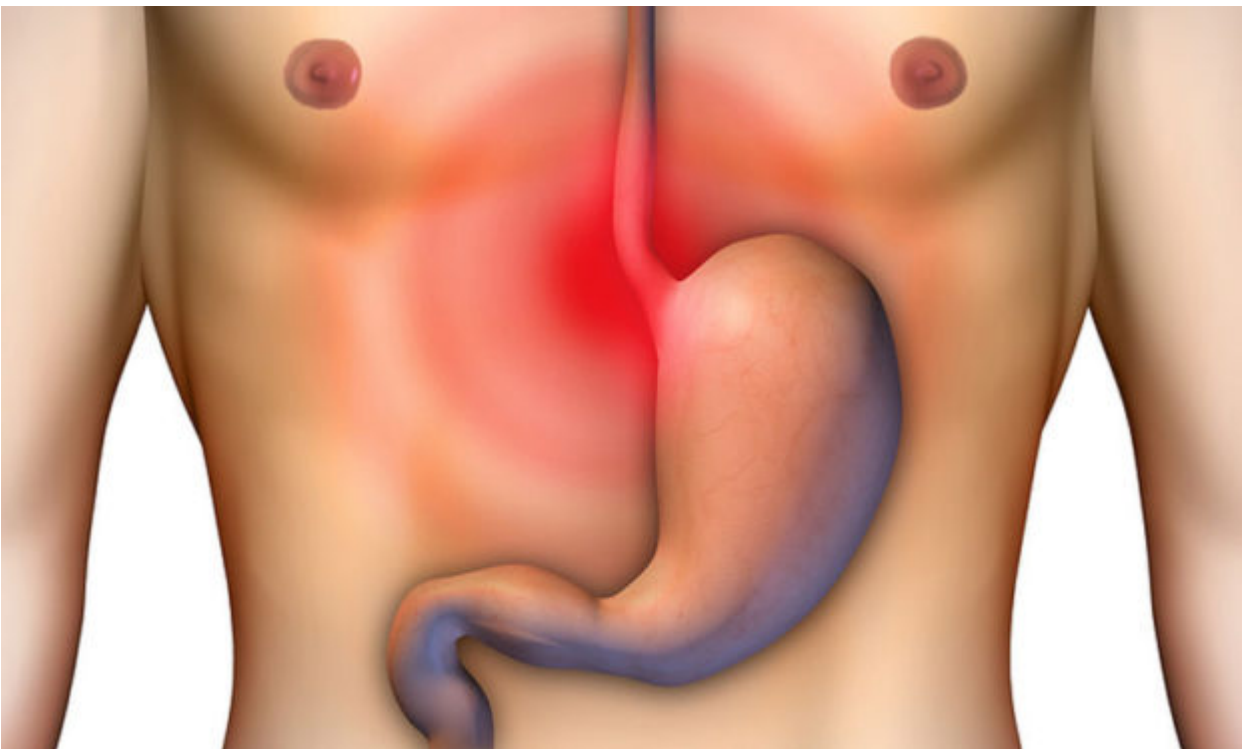


19 Σεπτεμβρίου 2016

Καούρα στο στομάχι: Οι βασικοί λόγοι που την προκαλούν

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Σύμπτωμα μιας σοβαρής κατάστασης που απαιτεί ιατρική διερεύνηση μπορεί να είναι η καούρα, αυτή η αίσθηση καψίματος στο στήθος, ακριβώς πίσω από το στέρνο.

Αν και τα περιστασιακά επεισόδια δεν αποτελούν αιτία συναγερμού και αντιμετωπίζονται με μη συνταγογραφούμενα φάρμακα, στις περιπτώσεις που η ενόχληση αυτή προκύπτει συχνά, ξεπερνά δηλαδή τις 2 φορές την εβδομάδα και διαταράσσει την καθημερινότητα, δεν πρέπει να αφεθεί αδιάγνωστη η αιτία που την προκαλεί.

«Σημεία που πρέπει να σας στρέψουν σε αναζήτηση ιατρικής βοήθειας είναι η επιμονή της καούρας παρά τη χρήση φαρμάκων, η δυσκαταποσία, η επαναλαμβανόμενη ναυτία ή τάση εμέτου, αλλά και η απώλεια βάρους ή η έλλειψη όρεξης», τονίζει ο γενικός χειρουργός Δρ. Αναστάσιος Ξιάρχος, Πρόεδρος της Επιστημονικής Εταιρείας Ορθοπρωκτικής Χειρουργικής και επισημαίνει μερικές από τις αιτίες πρόκλησής της:

Διαφραγματοκήλη

Φυσιολογικά, το διάφραγμα, ο θολωτός μυς που χωρίζει την κοιλιακή από τη θωρακική κοιλότητα, βοηθά να παραμένει κλειστός ο Κατώτερος Οισοφαγικός Σφιγκτήρας (ΚΟΣ), ο οποίος ενεργεί σαν μία μονόδρομη βαλβίδα, επιτρέποντας τη δίοδο του φαγητού στο στομάχι και κλείνοντας αμέσως μετά την κατάποση για να αποτρέψει την παλινδρόμηση των υγρών του στομάχου, τα οποία έχουν υψηλή περιεκτικότητα οξέων.

Όταν κάποιος πάσχει από διαφραγματοκήλη, η οποία μπορεί να είναι συγγενής, τραυματική ή άγνωστης αιτιολογίας, διαμέσου του οισοφαγικού τρήματος (οπής) προπίπτει όργανο στο θώρακα, με συχνότερο το στομάχι. Αυτό προκαλεί συμπτώματα γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης, μεταξύ αυτών και καούρα.

Οπότε, ενδεχομένως να πάσχετε από διαφραγματοκήλη χωρίς να το ξέρετε, καθώς οι αναγωγές των γαστρικών υγρών μπορεί να είναι το μοναδικό σύμπτωμα που έχετε.

Εγκυμοσύνη

Οι ορμονικές αλλαγές κατά τη διάρκεια του πρώτου τριμήνου της εγκυμοσύνης φαίνεται να αποδυναμώνουν και να χαλαρώνουν τον ΚΟΣ. Αλλά κατά τα τελευταία στάδια της εγκυμοσύνης, η πίεση αποτελεί το μεγαλύτερο πρόβλημα, καθώς μπορεί να προκαλέσει δυσλειτουργία του σφιγκτήρα.



Man with chest pain

Παχυσαρκία

Μελέτες έχουν καταδείξει ότι η πολυφαγία, η ταχυφαγία, η κατανάλωση τροφών υψηλής περιεκτικότητας σε λιπαρά, αλλά και ανθρακούχων ποτών είναι συνήθειες που μπορούν να οδηγήσουν σε παλινδρόμηση, την αιτία της καούρας. Η κατανάλωση μεγάλων γευμάτων αυξάνει τις πιθανότητες του συμπτώματος, εξαιτίας της δημιουργίας πίεσης στην κοιλιακή χώρα, όπως συμβαίνει και στις έγκυες γυναίκες λόγω του επιπλέον βάρους τους. Η απώλεια κιλών είναι ο μοναδικός τρόπος αποφυγής της καούρας που προκαλείται από τον συγκεκριμένο λόγο.

Αδύναμος Σφιγκτήρας

Περίπου το 25% των ατόμων με γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, πάθηση που αποτελεί πρόβλημα όταν τα περιστατικά καούρας είναι επίμονα και επαναλαμβανόμενα, έχουν αδύναμο Κατώτερο Οισοφαγικό Σφιγκτήρα. Η κατάσταση αυτή παρατηρείται συχνότερα σε ηλικιωμένους και παχύσαρκους ανθρώπους.

Αργή πέψη

Υπάρχουν άτομα με χρόνια καούρα επειδή πάσχουν από γαστροπάρεση, δηλαδή από καθυστερημένη γαστρική κένωση, κατά την οποία η τροφή παραμένει στο

στομάχι για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από το κανονικό.

Η νόσος παρατηρείται συχνότερα σε άτομα με σακχαρώδη διαβήτη, εξαιτίας της καταστροφής -από τα χρόνια υψηλά επίπεδα γλυκόζης στο αίμα- του πνευμονογαστρικού νεύρου, το οποίο ελέγχει τις συστολές για την προώθηση της τροφής στο στομάχι.

«Η διαχείριση της καούρας γίνεται σχετικά εύκολα, αρκεί να χάσετε βάρος, να διακόψετε το κάπνισμα, να τρώτε λιγότερα λιπαρά, πικάντικα και όξινα τρόφιμα. Η ήπια και περιστασιακή καούρα μπορεί να αντιμετωπιστεί και με φάρμακα, όπως τα αντιόξινα. Ωστόσο, ο γιατρός είναι αρμόδιος να αξιολογήσει εάν πρέπει να λαμβάνετε αντιόξινα και σε ποια δοσολογία. Όμως, η καούρα μπορεί να είναι σύμπτωμα ενός σοβαρότερου προβλήματος, όπως η γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, η οποία αυξάνει τον κίνδυνο για οισοφαγίτιδα, στένωση, έλκος, αιμορραγία, δυσπλασία, ακόμη και καρκινογένεση. Γι' αυτό και δεν πρέπει να αφήνεται ποτέ αδιάγνωστη και αθεράπευτη», συμβουλεύει ο Δρ. Αναστάσιος Ξιάρχος.

Πηγή: onmed.gr