

VERTERINGSKLACHTEN

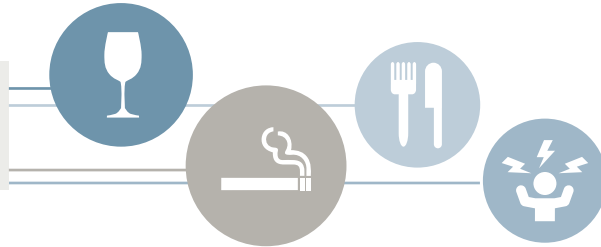
ZURE OPRISPINGEN

BRANDEND MAAGZUUR ≠ TE VEEL MAAGZUUR PRODUCTIE

Brandend maagzuur = maagzuur dat op plaatsen komt waar het niet hoort te komen, ten gevolge van een vertraagd verteringsproces.
Wat in de maag niet goed voor-verteerd is, kan door de darm niet meer hersteld worden!

VEELVULDIGE OORZAKEN

- stress (gevoel van knoop in de maag)
- eten terwijl men verder werkt en/of te snel eten
- eten als de vorige maaltijd nog niet verteerd is
- fastfood, alcohol, roken,

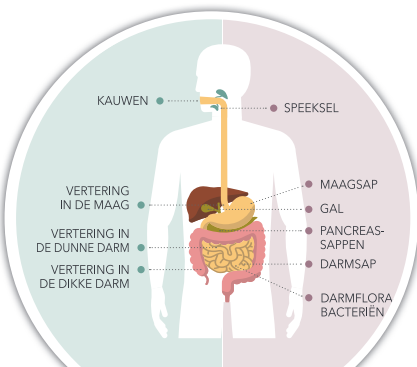


GEVOLGEN

- maagzuurproductie vermindert
- vertering vertraagt

KLACHTEN

- spijsbrij in maag komt naar boven → zure oprispingen
- mineralen verteren amper → magnesium-, zink- en ijzertekorten
- eiwitvertering daalt → aminozuur-tekorten voor optimale werking van hormonen, neurotransmitters, weefselherstel, ...
- onvoldoende eiwitvertering geeft rottingsflora → sibo, darmproblemen, colitis, prikkelbare darm, ...



WAT MET MAAGZUURREMMERS?

Maagzuurremmers (antacida, PPI's en H2-receptor-anatagonisten) zijn gemaakt om kortstondig te gebruiken, maximaal 6 maanden. Het is een goedkope manier om de klachten symptomatisch aan te pakken, maar de dosis dient steeds verhoogd te worden en de oorzaak van de oprispingen (een vertraagde vertering) wordt niet verholpen.



Maagzuurremmers verlagen het maagzuur gehalte nog meer

De vertering vertraagt en de druk op de slokdarmsluitspier stijgt

Resultaat = viscieuze cirkel

Maagpijn en zuureffect worden niet meer gevoeld, maar de problemen en chronische klachten stijgen. De patiënt verdraagt en verteert minder en minder voedingsmiddelen.



AAN JE GEZONDHEID BOUW JE ELKE DAG

PLAN VAN AANPAK

Patiënt heeft af en toe zuuropspingen en/of neemt sporadisch medicatie als Rennie, Gaviscon, Malox, ...

- stop de medicatie en vervang door  2 capsules Alfa Digest bij ieder middag- en avondmaal gedurende 1 maand
- daarna,  1 capsule Alfa Digest bij avondmaal of bij feestmaaltijden, stressdagen, enz... ter ondersteuning van de vertering en zo lang klachten voortduren



BEWEZEN WERKING

Vrij van maagzuurremmers dankzij Alfa Gastric in meer dan 90% van de gevallen.

Op basis van een studie uitgevoerd door artsen met Alfa Gastric bij 100 patiënten die maagzuurremmers nemen.

Patiënt neemt langdurig medicatie als Rennie, Gaviscon, Malox, ... en/of neemt maagzuurremmers (omeprazole, pantoprazole, ...)



Fase 1: herstel maagslijmvlies

- afbouwen maagzuurremmers in stappen van telkens 20 mg per 2 weken
- per afbouw stap:
 -  1. eerste 3 dagen: 2 capsules Alfa Gastric voor iedere maaltijd
 -  2. volgende 11 dagen: 1 capsule Alfa Gastric voor iedere maaltijd
- + bij maag-darmproblemen of andere chronische aandoeningen: ondersteun met 1 capsule Alfa Ultra Enzymes bij iedere maaltijd.

Herhaal deze stappen tot de patiënt 14 dagen volledig maagzuurremmer vrij is.

Fase 2: normalisatie maagzuurproductie

Eens de patiënt 14 dagen volledig maagzuurremmer vrij is, dan wordt er overgestapt van Alfa Gastric naar Alfa Digest.

- gedurende 1 maand,  1 capsule Alfa Digest bij iedere middag- en avondmaal
- daarna,  1 capsule Alfa Digest bij het avondmaal of bij feestmaaltijden, stressdagen enz... ter ondersteuning van de vertering en zo lang als nodig

P.S.: De maag en de sluitspier tussen maag en slokdarm geven snel pijnsignalen. De patiënt zal dus niet gemotiveerd zijn om deze af te bouwen. Geen vrees, Alfa Gastric heeft ook een pijnstillend effect.

De oorzaak van de verteringsproblemen, zoals stress, voeding en leefstijl dienen ook aangepakt te worden!

VOEDINGSADVIES:

Voedingsmiddelen die reflux veroorzaken, en dus de slokdarmsluitspier verzwakken, best enkele weken vermijden:

- Dierlijke vetten, chocolade, koffie, muntsoorten, suiker, uien, alcoholische dranken
- Koemelk en daarvan afgeleide producten (verteren zeer moeilijk bij de meeste mensen)
- Zure citrusvruchten, tomaatgerechten, kruidige en pittige voeding en frisdranken irriteren een ontstoken slokdarm nog meer
- Voedingsmiddelen waaraan de patiënt intolerant en/of allergisch is
- Chloor (kraantjeswater) en fluor (uit tandpasta) verstoren de werking van maag-enzymen
- Geraffineerd zoet en kunstmatige zoetstoffen putten de maag, milt en pancreas uit

Contacteer een diëtist voor een bijkomend voedings- en leefstijlschema.

ANDERE SITUATIES WAAR DE VERTERINGSPRODUCTEN VAN ALFA INGEZET KUNNEN WORDEN

Bij gebruik van pijnstillers en ontstekingsremmers: 1 capsule Alfa Gastric voor iedere maaltijd

Bij voedingsintoleranties en -allergieën (lactose, gluten, melkeiwit, ...): 1 capsule Alfa Ultra Enzymes tijdens elke maaltijd

Ter preventie van reizigersdiaree (enkel bij patiënten die geen PPI of H2-receptor-antagonisten nemen): één week voor het aanvatten van de reis en gedurende de reis, 1 capsule Alfa Digest bij iedere maaltijd