

[Fitness](#)[Salute](#)[Alimentazione](#)[Dieta](#)[Sport](#)[Varie](#)[Personal trainer](#)[News](#)[COMMUNITY](#)

Ernia iatale: diagnosi e cura

[<< prima parte](#)

Diagnosi

Un'ernia iatale può essere facilmente diagnosticata con una radiografia del tratto digerente superiore o con l'endoscopia.

La radiografia si avvale di un mezzo di contrasto a base di bario che dovrà essere ingerito dal paziente. In questo modo i raggi X potranno evidenziare chiaramente l'esofago, lo stomaco e la parte superiore dell'intestino tenue (duodeno).

Nell'endoscopia il medico si avvale di un tubo flessibile ed estremamente sottile che, dopo essere stato inserito nella bocca, scende fino all'esofago e allo stomaco evidenziando eventuali danni da reflusso gastrico.

Si può inoltre monitorare il pH del contenuto esofageo durante la giornata o la pressione all'interno dell'esofago. Un pH più acido del normale o una pressione inferiore sono infatti spesso collegati alla presenza di un ernia iatale.

Cura e trattamento

Nella maggior parte delle persone l'ernia iatale è asintomatica e non richiede pertanto trattamenti specifici. Altre volte è sufficiente adeguare l'alimentazione ed il proprio stile di vita alla malattia. Questi piccoli cambiamenti comprendono:

DIETA: chi soffre di ernia iatale dovrebbe consumare diversi pasti durante la giornata evitando il più possibile le abbuffate. Il [consumo di alcol](#), caffè, [cioccolato](#), frutta acidula (agrumi), cipolle ed alimenti piccanti in genere, andrebbe perlomeno limitato, in quanto tende ad aumentare l'[acidità gastrica](#) mettendo in pericolo l'integrità della mucosa esofagea.

Pasti abbondanti, specie se ricchi di grassi, allungano il tempo di permanenza del cibo all'interno dello stomaco aumentando la possibilità di reflussi gastrici.

Nelle due tre ore successive al pasto è bene evitare di coricarsi o compiere lavori pesanti. La posizione orizzontale o il temporaneo aumento della pressione addominale potrebbero infatti facilitare la risalita del contenuto gastrico.

DIMAGRIMENTO: la maggior parte dei pazienti gode di notevoli benefici dopo aver perso qualche chilo. La perdita del grasso in eccesso riduce infatti la pressione sullo stomaco rendendo più difficile il [reflusso gastrico](#).

BERE DI PIU': la [saliva](#) ed i liquidi proteggono le mucose esofagee dai succhi gastrici

SMETTERE DI FUMARE: il fumo e la secchezza orale favoriscono il reflusso acido
NON ABUSARE DI ALCUNI FARMACI: come i **FANS** ([aspirina](#), [ibuprofene](#), [sedativi](#), [tranquillanti](#) ecc.). Si consiglia in ogni caso di comunicare il loro utilizzo al medico, in modo da controllarne la compatibilità con la malattia trovando, eventualmente, delle alternative più salutari

EVITARE I VESTITI ADERENTI poiché aumentano la pressione sullo stomaco
QUANDO DORMITE: cercate di appisolarvi tenendo la testa sopra un [cuscino](#). In questo modo la forza di gravità ostacolerà il reflusso. Per lo stesso motivo evitate di dormire con [cuscini](#) sotto la pancia.

VEDI ANCHE: [Dieta e reflusso gastroesofageo](#)

Se questo primo approccio fallisce l'ernia iatale viene trattata con l'ausilio della terapia farmacologica a base di antiacidi. Inibendo temporaneamente la secrezione acida nello stomaco si potrà così favorire la rigenerazione delle mucose esofagee. In associazione agli [antiacidi](#) si potranno assumere altri farmaci che agiscono direttamente sui tessuti interni dell'esofago, rivestendoli e proteggendoli dal reflusso. Oggi esistono infatti diversi principi attivi più o meno efficaci, che danno sollievo alleviando i sintomi, ma non curano direttamente la patologia. L'ernia iatale è infatti una malattia anatomica e come tale curabile soltanto attraverso l'intervento chirurgico.

Questo tipo di trattamento è indicato quando l'ernia è molto voluminosa o quando insorgono gravi complicanze. L'ernia iatale paraesofagea potrebbe, per esempio, causare lo strozzamento di una parte dello stomaco e ciò richiederebbe un tempestivo intervento chirurgico.

Lo scopo dell'operazione è di riportare in sede la parte di stomaco fuoriuscita evitando nuove erniazioni. A tal proposito viene oggi attuata una tecnica mini-invasiva basata sull'inserimento di microtelecamere e speciali strumenti chirurgici attraverso cinque o sei mini incisioni effettuate sull'addome. Durante l'operazione il chirurgo può così avvalersi dell'ausilio di un video girato tramite laparoscopia, uno speciale strumento a fibre ottiche, utilizzato anche durante altri interventi all'addome (asportazione della colecisti con i calcoli, dell'[appendice infiammata](#) ecc.). Dopo aver riposizionato l'ernia iatale il chirurgo potrà intervenire per

DIMAGRIRE



Perdere 5 chili
in una settimana

TRIMGEL
Non è normale

www.trimigel.it

Annunci Google

Ultimi articoli

[Fitness, salute, stile di vita e prevenzione](#)
[Azotemia nel Bodybuilding](#)
[Alimenti e prodotti biologici](#)

Iscrizione professionisti

 Professione

Vendita integratori

[Aminoacidi](#) [Arginina](#) [Carnitina](#) [Creatina](#)
[Glutamina](#) [Proteine](#) [Vitamine](#)
[Cellulite](#) [Omega 3](#) [Drenante](#)


ridurre il rischio di recidive, tramite la riduzione dello iato esofageo o attraverso la sua ricostruzione (nel caso sia particolarmente debole). LINKS CONSIGLIATI:

Queste piccole incisioni (5-10 millimetri) rendono l'intervento molto meno invasivo del tradizionale (chirurgia "aperta") che obbligava ad un'incisione profonda ed estesa della parete addominale.

Grazie a questo intervento si accelera la guarigione diminuendo al tempo stesso il rischio di infezione. Molti pazienti possono così camminare già il giorno successivo all'operazione; anche il dolore e le cicatrici postoperatorie sono notevolmente inferiori. Nel giro di una settimana il paziente può riprendere le normali attività pur astenendosi dai lavori pesanti per almeno 2 mesi dopo l'intervento.

[Pulizia intestinale](#)

Perché è di vitale importanza disintossicarsi
drnatura.it

[Come dimagrire realmente](#)

senza soffrire fame e senza sentirmi come una bestia infuriata.
www.wtselections.com/Douglas_Gardne

[Dieta](#)

Meglio mangiare o nutrirsi ? Scopirlo con Nestlé !
www.nestle.it



Annunci Google

[Ernia al disco](#) [Ernia al disco e bodybuilding](#) [Ernia lombare](#) [Ernia inguinale](#) [Ernia iatale](#) [Ernia latale nel Fitness](#) [Ernia da sport](#) [Stenosi vertebrale](#)

© 2005-2008 My personaltrainer.it | P.I. 01333960290 | [About Us](#) | [Collabora](#) | [Bibliografia generale](#) | [Site Map](#) | [Pubblicità](#) | [Disclaimer](#) | [Link](#) |