

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Refluks w świetle najnowszych badań



Najnowsze badania donoszą, że szybkie spożywanie posiłków nie zwiększa częstości występowania epizodów refluku u pacjentów cierpiących na tę chorobę. Klinicyści leczący chorobę często sugerują zmianę stylu życia: jak zaprzestanie palenia, unikanie spożywania posiłków przed snem i dokładną selekcję żywności w celu uniknięcia przykrych objawów schorzenia, jakim jest refluks żołądkowo-przełykowy.

Dotychczasowe badania i obserwacje pacjentów sugerowały, że także zbyt szybkie jedzenie może spowodować nasilenie refluku. Zalecano tym samym spożywanie posiłków bez pośpiechu, w spokoju. Lecz czy faktycznie szybkość z jaką spożywamy posiłek może być czynnikiem sprzyjającym wystąpieniu refluku?

W badaniu opublikowanym w ostatnim numerze *United European Gastroenterology Journal*, zespół naukowców ocenił wpływ szybkiego i powolnego jedzenia na skłonność do występowania refluku żołądkowo-przełykowego. Badacze kontrolowali chorobę refluksową u 46 pacjentów, którzy zgłaszali zgagę i/lub kwaśne odbijanie co najmniej raz w tygodniu.

Badacze oceniali pacjentów, jedzących standardowy posiłek w ciągu 5 lub 30 minut. Obserwowali ich w przypadkowej kolejności, w ciągu 2 kolejnych dni, o tej samej porze. Przeprowadzali oni odpowiednie pomiary związane z wydzielaniem kwasu żołądkowego i skutkami tego nadmiernego wydzielania, u każdego pacjenta, przez około 28 godzin (od 1 godziny przed pierwszym posiłkiem do 3 godzin po drugim).

Wśród 46 badanych pacjentów wszyscy cierpieli na poważniejsze schorzenia lub tylko epizody związane z nadkwaśnością.

Jeśli chodzi o szybkość jedzenia, całkowita liczba epizodów refluku wynosiła 754 w przypadku

pośpiesznego jedzenia i 733 po powolnym jedzeniu. Okazuje się, że różnica nie jest istotna statystycznie. Szybkość spożywania posiłków nie miała wpływu także na badania nad stanem pacjentów z prawidłową i patologiczną czynnością wydzielniczą żołądka.

Badanie nie popiera ogólnego przekonania, że refluksu może wzrosnąć przez pośpieszne jedzenie.

Tłumaczenie: Barbara Garbacka

Źródło: www.pharmacytimes.com

<http://laboratoria.net/aktualnosci/21813.html>



07-11-2024

[PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#)

PCI Days - kluczowe wydarzenie dla przemysłu farmaceutycznego.



07-11-2024

[Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#)

Trzeba też jednak pamiętać o prostym i tanim badaniu.



07-11-2024

Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością

Po 40-tce zaczynamy spać coraz krócej i coraz płycej.



07-11-2024

Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej

Efekty prac mogą być przydatne.



07-11-2024

Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci

Warto rozmawiać z dziećmi na trudne tematy.



07-11-2024

[Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Wykazało badanie z udziałem prawie 90 tys. osób.



07-11-2024

[Test stania na jednej nodze dobrze określa stan zdrowia](#)

Oraz ryzyko zgonu u osób 50+.



07-11-2024

[Wirtualne zajęcia jogi skutecznym remedium na przewlekły ból pleców](#)

Poinformowano w czasopiśmie „JAMA Network Open”.

Informacje dnia: [PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego](#) [Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy](#) [Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością](#) [Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej](#) [Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci](#) [Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej](#)

[śmierci PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci PCI Days 2025 - Targi dla Przemysłu Farmaceutycznego i Kosmetycznego Nie tylko szczepienia przeciw HPV ważne w prewencji raka szyjki macicy Jak skutecznie poradzić sobie z bezsennością Naukowcy stworzyli beton z dodatkiem wody słonej zamiast słodkiej Nie trzymajmy dzieci pod kloszem z tematem śmierci Dużo światła w nocy może prowadzić do przedwczesnej śmierci](#)

Partnerzy