

[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 refluksu 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 refluksu. Zalecano tym samym spożywanie posiłków bez pośpiechu, w spokoju. Lecz czy faktycznie szybkość z jaką spożywamy posiłek może być czynnikiem sprzyjającym wystąpieniu refluksu?

W badaniu opublikowanym w ostatnim numerze *United European Gastroenterology Journal*, zespół naukowców ocenił wpływ szybkiego i powolnego jedzenia na skłonność do występowania refluksu 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 refluksu 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

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



30-04-2026

[PCI Days 2026](#)

16-18 czerwca 2026 r. | EXPO XXI Warszawa | Do zobaczenia na PCI Days 2026!



27-04-2026

[Studenci opracowali system zapobiegający zaśnięciu za kierownicą](#)

Opracowali studenci Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie.



27-04-2026

Wielofunkcyjne nanocząstki do produkcji wodoru

Wodór można traktować jako ekologiczny nośnik energii.



27-04-2026

Jak wybrać bezpieczną wodę podziemną do picia

W skałach mogą znajdować się naturalne pierwiastki promieniotwórcze.



27-04-2026

Technologia spersonalizowanego wzbogacania mleka dla wcześniaków

Projekt jest obecnie na wczesnym etapie realizacji.



22-04-2026

Rozwiązania Watson-Marlow wspierają

proces produkcyjny Torbay Pharma

Poprzez powtarzalną szczelność zamknięć i precyzyjne dozowanie.



13-04-2026

Mity na temat epilepsji

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.

Informacje dnia: [PCI Days 2026 Studenci opracowali system zapobiegający zaśnięciu za kierownicą](#) [Wielofunkcyjne nanocząstki do produkcji wodoru](#) [Jak wybrać bezpieczną wodę podziemną do picia](#) [Technologia spersonalizowanego wzbogacania mleka dla wcześniaków](#) [Rozwiązania Watson-Marlow wspierają proces produkcyjny Torbay Pharma](#) [PCI Days 2026 Studenci opracowali system zapobiegający zaśnięciu za kierownicą](#) [Wielofunkcyjne nanocząstki do produkcji wodoru](#) [Jak wybrać bezpieczną wodę podziemną do picia](#) [Technologia spersonalizowanego wzbogacania mleka dla wcześniaków](#) [Rozwiązania Watson-Marlow wspierają proces produkcyjny Torbay Pharma](#) [PCI Days 2026 Studenci opracowali system zapobiegający zaśnięciu za kierownicą](#) [Wielofunkcyjne nanocząstki do produkcji wodoru](#) [Jak wybrać bezpieczną wodę podziemną do picia](#) [Technologia spersonalizowanego wzbogacania mleka dla wcześniaków](#) [Rozwiązania Watson-Marlow wspierają proces produkcyjny Torbay Pharma](#)

Partnerzy