

Halsbränna är en brännande känsla bakom bröstbenet. Svedan känns oftast vid nedre delen av bröstbenet, men den kan också kännas högre upp. Ibland stiger surt och brännande maginnehåll upp i svalget eller till och med till munnen (sura uppstötningar). Det är fråga om refluxsjukdom om patienten har svåra symtom en gång i veckan eller lindrigare symtom två gånger i veckan.

SYMPTOM

- halsbränna är en brännande känsla bakom bröstbenet
- Sure uppstötningar, maginnehåll stiger upp i svalget eller munnen (reflux)
- andra symtom som kan förekomma är känsla av en klump i halsen, svårighet att svälja, smärta vid sväljning och riklig salivutsöndring



NÄR ÄR DET SKÄL ATT UPPSÖKA LÄKARE?

- om det är svårt eller smärtsamt att svälja
- om halsbränna förekommer i samband med ansträngning
- avmagring utan orsak, upprepat illamående eller uppkastningar
- anemi, blodiga uppkastningar eller blodig avföring
- magsmärtor som strålar från magen till ryggen eller långvarig magvärk
- om symtomen börjar för första gången vid över 50 års ålder eller om de är långvariga, upprepade eller kraftiga
- om egenvården inte hjälper

SÅ HÄR KAN DU LINDRA DINA BESVÄR

- höj sänggaveln om du har symtom på natten eller hes röst på morgonen
- försök hålla vikten normal och undvik kläder som stramar över magen
- undvik mat och dryck som orsakar halsbränna (fet eller stekt mat, lök, citrusfrukter, choklad, mint, kaffe, te, andra koffeinhaltiga drycker, alkohol), ät mindre portioner och tidigare på kvällen och sluta röka

DU KAN ANVÄNDA EGENVÅRDSLÄKEMEDEL KORTVARIGT

Du kan behandla tillfällig halsbränna med syrahämmande läkemedel, antingen protonpumpshämmare eller H₂-receptorantagonister. Behandlingstiden vid egenvård är högst två veckor. Full effekt fås inom några dagar. För äldre personer rekommenderas i första hand protonpumpshämmare. Protonpumpshämmare kan vara effektivare än H₂-receptorantagonister, och effekten av H₂-receptorantagonister

avtar snabbt vid upprepad användning. Också antacida (läkemedel som neutraliserar magsyran) och kombinationer av antacida och alginat kan lindra halsbränna.

OBSERVERA

Vissa läkemedel som du använder kan öka benägenheten för halsbränna och reflux. Läkemedel mot halsbränna kan också samverka med andra läkemedel. Speciellt antacida kan försämra upptaget av många andra läkemedel, men det kan i allmänhet undvikas genom att hålla minst två till fyra timmars paus mellan intaget av olika läkemedel. Be en sakkunnig person om tilläggsinformation om du lider av halsbränna och använder något läkemedel regelbundet.

Ibland kan symtom på halsbränna vara förvillande lik hjärtbetingad smärta och å andra sidan kan hjärtbetingad smärta misstas vara syrabesvär.

MERA INFORMATION OM ÄMNET

God medicinsk praxis patientversionen (på finska): [Magbesvär och halsbränna? Undersökning och behandling av en patient med besvär från övre buken](#) och Terveyskirjasto: (på finska) [Halsbränna, Refluxsjukdom \(magingnehåll stiger upp i matstrupen\)](#) och [Läkemedel mot halsbränna \(syrahämmande läkemedel\)](#)

Tabell 1. Protonpumpshämmare, H₂-receptorantagonister och doser som används vid egenvård. Behandlingstiden vid egenvård är högst 2 veckor.

LÄKEMEDEL	STYRKA	DOS/DYGN	OBSERVERA
Protonpumpshämmare			
esomeprazol	20 mg	1 x 1 ¹⁾	För äldre personer rekommenderas i första hand protonpumpshämmare. Protonpumpshämmare kan inverka på halten av andra läkemedel genom att förändra läkemedlets metabolism eller genom att förändra magens pH så att upptaget av vissa läkemedel förändras.
lansoprazol	15 mg	1–2 x 1	
omeprazol	20 mg	1 x 1	
pantoprazol	20 mg	1 x 1	
H₂-receptorantagonister			
famotidin	10 mg	1 x 1–2	H ₂ -reseptorantagonister lämpar sig bara undantagsvis för äldre personer. Läkemedlets effekt avtar snabbt vid upprepad användning.
ranitidin	150 mg	1 x 1–2	
	300 mg	1 x 1	H ₂ -receptorantagonister kan inverka på upptaget av vissa läkemedel.

1) 1 x 1 = 1 tablett 1 gång per dygn