KRITISCH GELESEN

Prof. Dr. med.
H. S. Füeßl
Privatpraxis für Integrative
Innere Medizin, München

Prof. Dr. med.
H. Holzgreve
Internist, Kardiologische Praxis,
München

Prof. Dr. med.
A. Madisch
Medizinische Klinik I,
KRH Klinikum Siloah,
Hannover

Prof. em. Dr. med. Dr. h.c.
D. Reinhardt
Kinderklinik und Kinder-
poliklinik im Haunerschen
Kinderspital, München

Sodbrennen verleidet den Mittagsschlaf

Wer nachts unter gastroösophagealem Reflux leidet, braucht häufig ein Schläfchen am frühen Nachmittag. Das ist schlecht, denn dann tritt ein noch stärkeres Sodbrennen auf.

— Manche Refluxpatienten leiden auch nachts unter Symptomen. Eine Studie untersuchte nun, wie ausgeprägt der Reflux beim Mittagsschlaf im Vergleich zur Nachtruhe ist. In einem definierten Kollektiv von 15 Patienten, die seit drei Mo-

naten mindestens dreimal pro Woche nächtliches Sodbrennen beklagten und regelmäßig einen Mittagsschlaf hielten, wurden neben einer Symptomerhebung auch eine 24-Stunden-pH-Metrie und eine Aktigrafie durchgeführt.

Die Schlafzeit betrug nachts im Mittel $446 \pm 100,7$ Minuten, mittags $61,9 \pm 51,8$ Minuten. Die mittlere Anzahl von Refluxereignissen pro Stunde war während des Mittagsschlafs signifikant größer als nachts (stündlich $40,1 \pm 69,9$ vs. $3,5 \pm 4,2$; $p < 0,05$). Dieses galt auch für die Dauer der einzelnen Refluxereignisse ($1,9 \pm 2,8$ min vs. $1,5 \pm 2,7$ min) und für die registrierte Refluxbeschwerdesymptomatik ($8,08\%$ vs. $0,45\%$; $p < 0,05$). Der Zeitanteil mit einem pH-Wert < 4 war mittags signifikant höher als nachts ($36,2\% \pm 38,8\%$ vs. $8,9\% \pm 11,6\%$; $p < 0,05$).

■ Nasrollah L et al. Naps are associated more commonly with gastroesophageal reflux, compared with nocturnal sleep. Clin Gastroenterol Hepatol. 2015;13:94–9

KOMMENTAR

Die gastroösophageale Refluxkrankheit gehört zu den Volkskrankheiten in den westlichen Industrienationen. Wir wissen, dass der

überwiegende Anteil des sauren Refluxes postprandial stattfindet, eine Subgruppe von Patienten klagt aber auch nachts über Refluxsymptome. Die vorliegende Studie zeigt genau an diesem Kollektiv, dass auch ein Mittagsschlaf, der bei diesen nachts gestörten Patienten beliebt sein dürfte, ebenfalls zu ausgeprägten Refluxereignissen und -symptomen führen kann.

Diese Erkenntnis ist zu berücksichtigen, wenn Patienten trotz einer Therapie mit Protonenpumpeninhibitoren (PPI) weiter Refluxbeschwerden beklagen. Eine mögliche Ursache dieses Phänomens ist die bereits bekannte „postprandiale Säuretasche“. Dabei handelt es sich um eine Zone in der Cardia, die trotz der Einnahme eines PPI vom Puffereffekt einer Mahlzeit kaum erreicht wird, stark im sauren Bereich bleibt und 50–70 ml Magensaft enthält. Es ist daher nicht unwahrscheinlich, dass die postprandiale Säuretasche beim Mittagsschlaf zu einem noch stärkeren Reflux führt.

Die Einnahme von Alginaten, die sich bei diesem Phänomen als Therapieoption bewährt haben, könnte in dieser Situation Abhilfe schaffen. So müsste der Patient nicht auf den Mittagsschlaf verzichten.

Prof. Dr. med. A. Madisch

Reflux schränkt den Alltag ein.

© IS_ImageSource / iStock