

NIKAN
HOSPITAL
بیمارستان نیکان



اریفلاکس - بیمارستان نیکان

بخش فوق تخصصی گوارش و کبد و
آندوسکوپی بیمارستان نیکان

www.nikanhospital.com

تهران، میدان اقدسیه، خیابان ۲۲ بهمن، شماره ۶
تلفکس: ۲۲۹۳۰۱۸۴ • تلفن: ۲۹۱۲۹



ریفلاکس
(GERD)

بیماری رفلاکس یکی از بیماری های شایع گوارش بوده و به علت و برگشت اسید از معده می باشد. در اکثر موارد بیمار با ازدیاد ترشح اسید و یا اختلال عملکرد دریچه مری - معده مواجه می باشد؛ لذا موارد زیر جهت رعایت در حد امکان توصیه می شود.

از مصرف موارد زیر بپرهیزید:

- چای پررنگ با حجم زیاد • تا ۳ ساعت بعد از غذا دراز نکشید.
- غذاهای چرب و حجیم • هنگام خواب سر و تنه ۱۰ تا ۳۰ درجه بالاتر از بدن باشد.
- آجیل •
- سیگار •
- الکل •
- کاکائو •
- قهوه •
- سرکه •
- نوشابه •
- ادویه جات •
- مسکن ها •
- پیاز خام •
- سس گوجه فرنگی •
- سس مایونز •
- آب مرکبات ترش •

لطفا توصیه های فوق را تا حذف علائم بیماری رعایت فرمائید.

