

Merkblatt posteriore Laryngitis

Bei Ihnen wurden im Kehlkopf Veränderungen festgestellt, die im Zusammenhang mit dem Magen stehen können (GERD, gastroösophagealer Reflux). Es handelt sich im Kehlkopf um harmlose Reizungen, welche aber störende Symptome verursachen können wie Klossgefühl, Reizhusten und manchmal auch leichte Schluckschmerzen.

Sie können selbst durch Verhaltensmassnahmen dazu beitragen, dass Ihre Symptome sich verringern:

- **Achten Sie darauf, Ihr Normalgewicht zu halten oder zu erreichen.**
- **Beschränken Sie folgende Nahrungs- und Genussmittel auf ein Minimum**
 - Nikotin
 - Kaffee
 - Alkohol
 - Schokolade
 - Saure, scharfe, fettige Speisen
- **Versuchen Sie zwischen der letzten Mahlzeit am Abend und dem zu Bett gehen zwei, besser noch drei Stunden vergehen zu lassen.**
- **Schlafen Sie mit erhöhtem Oberkörper (besser als ein hochgestelltes Kopfteil ist das Unterlegen des ganzen Bettes).**
- **Achten Sie darauf, Ihren täglichen Stress zu reduzieren, bzw. einen Ausgleich zu schaffen zwischen Belastung und Entspannung.**

In manchen Fällen reicht das Einhalten dieser Verhaltensmassnahmen nicht aus, um eine Beschwerdefreiheit zu erreichen.

Dann werden Medikamente, sogenannte Protonenpumpenhemmer, eingesetzt, welche die Säureproduktion im Magen reduzieren, wobei durch das Einhalten der Verhaltensmassnahmen die medikamentöse Therapie unterstützt werden kann.

Für die medikamentöse Therapie ist wichtig, dass sie

- **regelmässig**
- **hochdosiert**
- **für mindestens 6 Wochen, allenfalls bis 12 Wochen**

durchgeführt wird, damit sich der gewünschte Erfolg einstellen kann.

Während der Therapie sollte auf eine genügende Zufuhr von Magnesium, Calcium und Vitamin D geachtet werden.

Sollten weder die medikamentöse Therapie noch die Verhaltensmassnahmen zu einer Beschwerdefreiheit führen, dann kann es nötig werden, Sie an einen Gastroenterologen zu überweisen, der eine Magenspiegelung durchführt.