

Bài thuốc trị trào ngược dạ dày thực quản

Hiện nay bệnh trào ngược dạ dày thực quản trở nên phổ biến và nhiều người mắc phải, hay tái phát nhiều đợt. Có thể dùng một số bài thuốc đông y sau:

1. Các biểu hiện của bệnh của trào ngược dạ dày thực quản

- Cảm giác nóng rát sau xương ức hoặc cuống họng (ợ nóng), đôi khi ợ chua (acid).
- Đau vùng ngực trước tim.
- Khó nuốt cảm giác vướng và như muốn nghẹn, như có đờm vướng mắc tại cổ họng.
- Ho khan, viêm họng hay tái diễn.
- Buồn nôn, hay ọe khi đánh răng.
- Cảm giác luôn vướng mắc trong cổ họng.

Bệnh hay tái diễn, khó chữa khỏi, nhiều người chữa nhiều nơi không khỏi, lâu ngày sinh chứng trầm cảm và bi quan, thậm chí còn có các hành động không đúng đắn.

2. Nguyên nhân bệnh

- Nhịn ăn sáng: Đây là một trong các vấn đề lo ngại nhất vì ăn tối khoảng 18h đến 6h sáng hôm sau là 12 giờ, đến trưa là 18h không có thức ăn trong bụng. Lượng acid trong dạ dày rất nhiều khiến nó phải tăng tiết chất nhầy musin ra để trung hòa, nhưng lượng này không đủ, trong khi dạ dày vẫn thường xuyên co bóp, tổng acid dạ dày lên thực quản dẫn đến viêm thực quản, lâu dần làm cơ đóng thực quản tổn thương khiến lượng acid trào ngược ngày càng tăng lên.

- Stress: Sự căng thẳng trong công việc, các mối quan hệ, đặc biệt trong gia đình thời đại dịch bệnh COVID-19, kinh tế khó khăn dẫn đến dễ cáu bẳn, gây ra xung đột trong gia đình. Khi cơ thể căng thẳng lượng acid dạ dày tiết ra quá nhiều không theo sinh lý, thậm chí tăng hơn nhiều lần làm cho viêm dạ dày tá tràng và trào ngược dịch mật, dịch vị. Vì vậy, mỗi lần căng thẳng ta hay thấy đắng họng, hay đau tức vùng mỏ ác dưới xương ức (thượng vị).

- Dùng thuốc: Một số thuốc gây rối loạn tiết acid dạ dày, một số gây tăng tiết, phần nhiều thuốc tây y đều làm ảnh hưởng đến dạ dày, đặc biệt dòng kháng sinh.

- Và một số nguyên nhân khác ...

3. Điều trị như thế nào?

Có nhiều phương pháp điều trị khác nhau:

- Tâm lý liệu pháp: Là phương pháp điều chỉnh tâm lý và hành vi nhằm mục đích giảm stress, lo lắng để điều tiết theo cơ chế thần kinh.

- Thay đổi chế độ sinh hoạt (thay đổi nền): Ăn đúng bữa, ngủ nghỉ hợp lý, đúng giờ giấc.

- Các liệu pháp như yoga, thể dục, ...

- Thuốc: Hiện nay ưu thế dùng thuốc đông y vì độ an toàn cao, ít tác dụng không mong muốn.

Một số bài thuốc điều trị dạ dày, trào ngược hiệu quả.

Bài 1. Tiêu giao tán

Bạch linh 10g, bạch truật 10g, bạch thược 12g, sài hồ 12g, đương quy 08g, cam thảo 5g, đại táo 3 quả, gừng 3 lát, bạc hà 8g sắc uống ngày 1 thang.

Bài 2. Bình vị tán

Thương truật 8g, hậu phác 12g, trần bì 8g, cam thảo 5g, sinh khương 3 lát, đại táo 3 quả. Sắc uống ngày 1 thang.

Bài 3. Tuyền phúc đại giả thang

Tuyền phúc hoa 20g, đại giả thạch chế 30g, đẳng sâm 12g, bán hạ 8g, đại táo 12g, sinh khương 3g, cam thảo 5g. Sắc uống ngày 1 thang.

Chúng ta cũng biết sau khi bệnh khỏi cần duy trì chế độ ăn uống, ngủ nghỉ hợp lý thì bệnh tình mới ít khi tái phát.