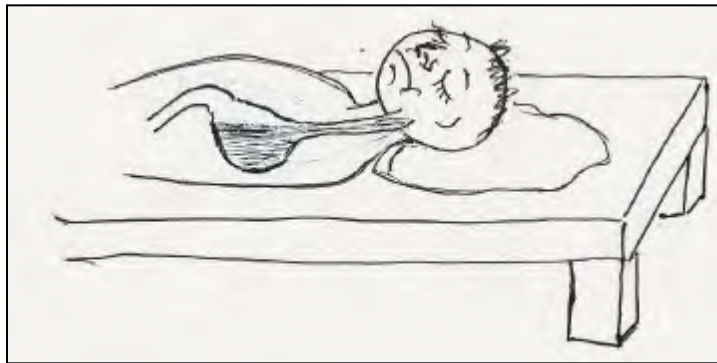


GASTRITIS

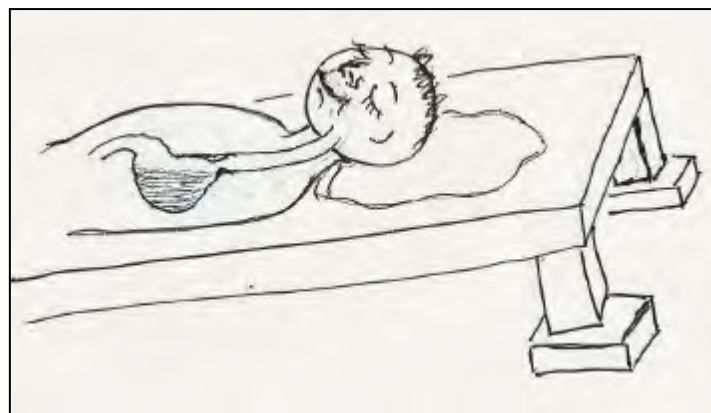
Síntomas:

- Ardor en el pecho
- Puede haber un sabor ácido en la boca
- Es peor después de una comida pesada
- Es peor al acostarse
- Puede haber tos en la noche
- Ojo: Puede ser que el paciente esté preocupado por su corazón, pero si el dolor de pecho es peor al acostarse, es más probable que sea reflujo gástrico



Tratamiento:

- Evitar las comidas que le hagan mal
- No comer muy tarde por la noche
- Comer pequeñas comidas varias veces al día
- Tomar mucha agua
- Levantar la cabeza de la cama
- Usar antiácidos



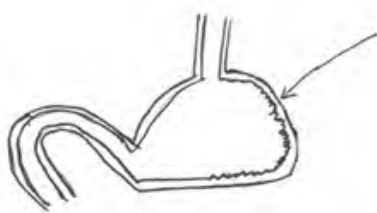
GASTRITIS Y ÚLCERAS

Síntomas

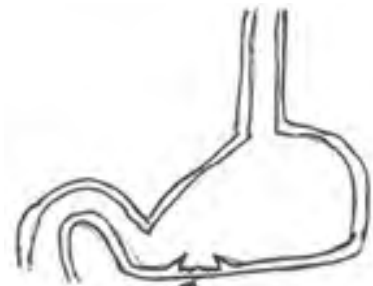
Ardor en la boca del estómago es el síntoma más común. Otros síntomas son ansiedad, llenura, náusea, y eructos.

El dolor es peor entre comidas. Puede haber comidas que hagan mal, como el chile, el café, o las grasas. La aspirina, el ibuprofeno, el alcohol y los cigarrillos pueden provocar gastritis y úlceras.

Si hay sangrados en las heces, anemia, o pérdida de peso, es una señal de peligro. Hay que tratar al paciente por infección con *H. Pylori* (vea abajo). Hay sangre en las heces que pueden ser roja o negra como alquitrán.



Gastritis es una irritación en el forro del estómago.



Una úlcera es una llaga en el forro del estómago.

Tratamiento con cambio de costumbres

- Comer pequeñas comidas varias veces al día.
- Tomar mucha agua.
- Evitar las comidas que le hagan mal. No hay necesidad de evitar comidas que no le hacen daño.
- No fumar. Un fumador tiene más riesgo de desarrollar úlceras y no sana tan rápido.
- Usar acetaminofén en vez de ibuprofeno o aspirina.
- Buscar la manera de tranquilizarse. La tensión causa dolor de estómago.

Tratamiento con medicinas

Si el dolor le molesta de vez en cuando, o es leve, puede ser que la causa sea por tensión o por una gastritis leve. Trátelo, sugiriendo cambios de los hábitos mencionados arriba, acompañados con antiácidos. Mastique un antiácido cuando tenga dolor.

Si el dolor es diario, puede ser que sea por una gastritis más severa o por úlcera. Use un tratamiento para disminuir el ácido en el estómago por un periodo de dos meses. Esto le da la oportunidad al forro del estómago a sanarse. Las medicinas que disminuyen el ácido en el estómago son ranitidina, lansoprazol u omeprazol.

Si los síntomas vuelven dos meses después del tratamiento de dos meses o si hay pérdida de peso, sangrados, o anemia, es probable que el paciente tenga una úlcera. Dele tratamiento para *H. Pylori*. (Vea *Índice de medicamentos esenciales*.) Hay que asegurarse que el paciente entienda bien la dosis. Se puede repetir la dosis si no funciona bien.

Si el paciente empeora a pesar de tomar el tratamiento, hay que pensar en un cáncer del estómago.