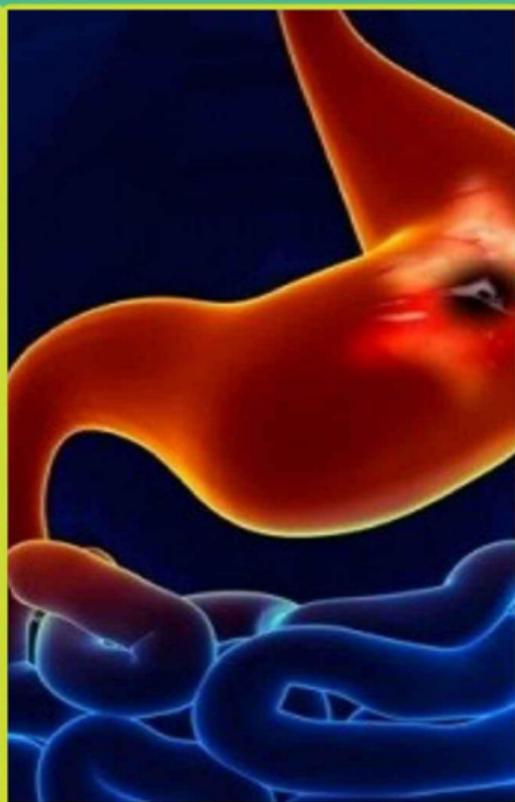
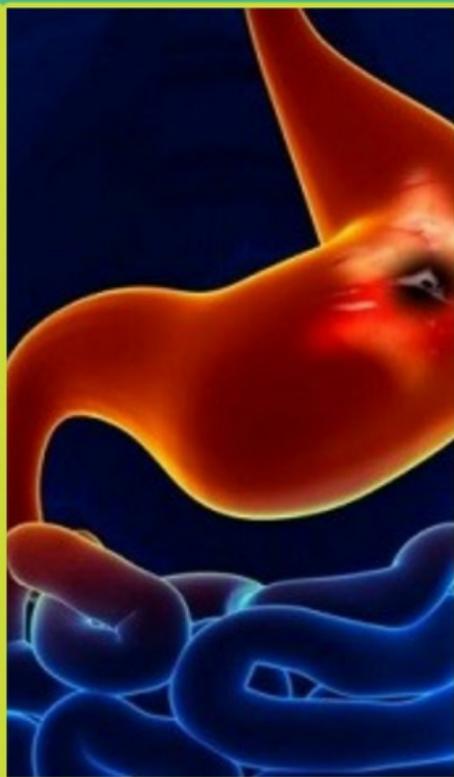


Curare l'ulcera peptica naturalmente con i rimedi domestici



Freya Jones

Curare l'ulcera peptica naturalmente con i rimedi domestici



Freya Jones

Curare l'ulcera peptica naturalmente con i rimedi domestici

È l'ulcera peptica (PUD) coinníoll è ina bhforbróidh léas nó bochta oscailte leis an líneáil bholgáin toisc go bhfuil líneáil chosanta nádúrtha conartha díleá an duine briste. Cé gur chuala go leor daoine uibheacha boilg agus go bhfuil siad in aghaidh an chreideamh tóir nach gcuireann bia piccante faoi deara i ndáiríre ulcera peptic. De ghnáth, ba chúis le cineál áirithe baictéir iad ulcers den sórt sin. Chomh maith leis sin, i gcásanna áirithe d'fhéadfadh sé a bheith toisc nach bhfuil comhlacht duine ag déanamh bicarbonáití nádúrtha go leor

agus atá in ann éifeachtaí na n-aigéad a tháirgeann a gcuid boilg a neodrú.

Questa è la guida completa e più completa sul trattamento e il controllo dell'ulcera peptica.

L'eBook si occupa ampiamente di cause, segni e sintomi dell'ulcera peptica, come affrontare il dolore dell'ulcera peptica, le possibilità dell'ulcera peptica che porta al cancro allo stomaco e le migliori opzioni di trattamento per guarire rapidamente l'ulcera peptica. Ogni aspetto dell'ulcera peptica è stato discusso in termini puramente profani per una migliore comprensione. Ho scritto l'eBook che copre tutti gli aspetti dell'ulcera peptica e il disagio fisico e

mentale accompagnatorio in una lingua semplice al fine di aiutare tutti a comprendere il problema e farlo trattare in modo appropriato.

L'eBook si occupa ampiamente:

- ☐ Segni e sintomi comuni di Du Ulcer
- ☐ Le principali cause di ulcera peptica
- ☐ Come viene diagnosticata l'ulcera peptica
- ☐ Il risultato di stress mentale nell'ulcera peptica?
- ☐ I modi migliori per far fronte al dolore dell'ulcera peptica
- ☐ Come prevenire l'ulcera peptica
- ☐ Un piano di dieta perfetta per quelli con ulcera peptica
- ☐ Come le vitamine aiutano a curare e

prevenire l'ulcera peptica

- ☐ L'ulcera peptica causerà il cancro allo stomaco?
- ☐ Opzioni di trattamento
- ☐ Aloe Vera come rimedio di meraviglia per l'ulcera peptica
- ☐ Il ruolo dei rimedi domestici e i migliori rimedi naturali che aiutano a curare l'ulcera peptica

La parte migliore dell'eBook è la sezione "Rimedi naturali". Un uso corretto e continuo dei rimedi naturali descritti nell'eBook contribuirà notevolmente a controllare e curare l'ulcera peptica e ad eliminare completamente tutte le complicazioni di salute e le interruzioni digestive che

potrebbero verificarsi a causa della condizione. La maggior parte dei rimedi naturali suggeriti sono facilmente disponibili e poco costosi e puoi trovarne molti nella tua stessa cucina. Una volta esaminato l'eBook, avrai una completa comprensione dell'ulcera peptica e potrai consultare il tuo medico in modo informato.

PS: You can even gift this to your family members and friends who have been immensely suffering from peptic ulcer for years. This priceless gift can be of highly useful for them as it can show them the way to lead the life without the physical and mental distress forever.

Contenuto:

- 1. Malattia di ulcera peptica - Una panoramica**
- 2. Segni e sintomi comuni**
- 3. Le principali cause di ulcera peptica**
- 4. Come viene diagnosticata l'ulcera peptica**

- 5. Il risultato di stress mentale nell'ulcera peptica?**
- 6. I modi migliori per far fronte al dolore dell'ulcera peptica**
- 7. Come prevenire l'ulcera peptica**
- 8. Un piano di dieta perfetta per quelli con ulcera peptica**
- 9. Come le vitamine aiutano a curare**

e prevenire l'ulcera peptica

**0. L'ulcera peptica causerà il cancro
allo stomaco?**

1. Opzioni di trattamento

**2. Aloe Vera come rimedio di
meraviglia per l'ulcera peptica**

3. Rimedi naturali

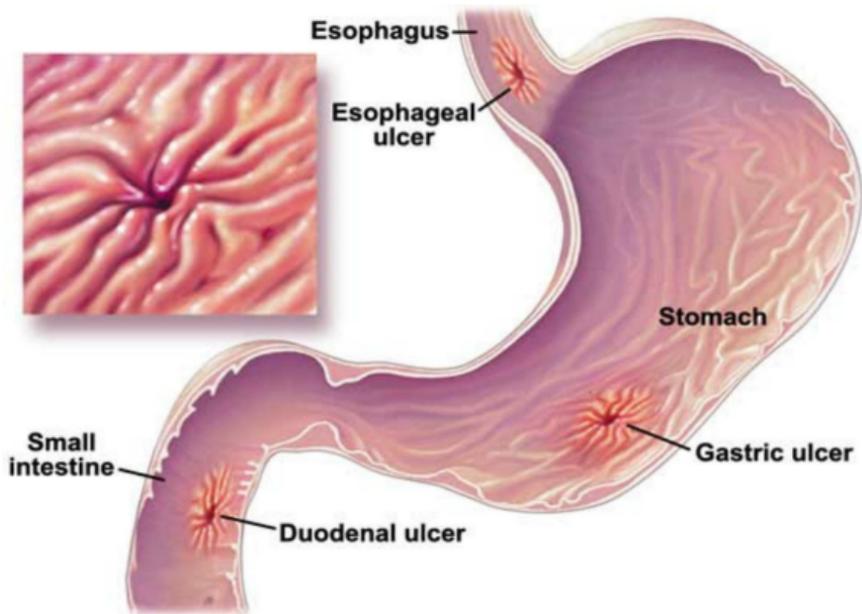
Malattia di ulcera peptica - Una panoramica

L'ulcera peptica è fondamentalmente una lesione situata a livello dello stomaco, del duodeno o dell'esofago. L'ulcera tende a colpire l'intero tratto gastrointestinale, a partire dal rivestimento della bocca e termina con la regione rettale. L'ulcera peptica suggerisce il coinvolgimento dell'acido cloridrico e della pepsina nello sviluppo del disturbo. Quando l'acido gastrico è prodotto in eccesso, la membrana mucosa che protegge lo

stomaco e gli organi interni dal pericolo è danneggiata, consentendo ai batteri *Helicobacter pylori* di penetrare nella barriera e causare infezioni interne. Pertanto, nel caso dell'ulcera peptica, sia l'acido gastrico che i batteri sono responsabili dello sviluppo del disturbo. L'ulcera peptica situata nello stomaco è chiamata ulcera gastrica; ulcera peptica situata a livello del duodeno chiamata ulcera duodenale e ulcera peptica sviluppata a livello dell'esofago chiamata ulcera esofageo.

L'ulcera peptica è molto comune, ogni anno vengono diagnosticati a milioni di americani diverse forme di disturbo. L'avanzata della medicina moderna ha

permesso agli scienziati di scoprire informazioni più preziose su questi disturbi, consentendo loro di sviluppare nuove cure mediche. Anche se in passato si sapeva che l'ulcera peptica colpiva prevalentemente le persone di sesso maschile, al giorno d'oggi sempre più donne soffrono di forme di ulcera peptica. Le statistiche indicano che la predominanza del fumo tra le donne ha determinato un aumento dell'incidenza di ulcera peptica con il genere femminile.



Il batterio che è normalmente la causa di un'ulcera peptica si chiama *Helicobacter Pylori* e questo batterio agisce indebolendo le difese naturali di una persona nello stomaco e come tale consente all'acido dello stomaco di entrare in contatto con le pareti digestive della persona e questo provocherà danni a questo tessuto molle. Sebbene gli acidi

gastrici e la pepsina siano importanti nel processo digestivo di un corpo, sfortunatamente la produzione eccessiva di tali fluidi può causare il danno che è comunemente noto come ulcera.

Per chi soffre di ulcere che spesso avvertono una "sensazione di bruciore" e di solito si può associare la causa di questa ulcera con alcuni alimenti che si sono recentemente mangiati, ma in realtà il cibo che si mangia farà scattare gli acidi digestivi a lavorare che in la svolta ti ricorderà che hai un'ulcera nel tratto digestivo.

Le ricerche svolte hanno dimostrato che le persone che fumano o consumano alcolici sono a più alto rischio di

sviluppare un'ulcera peptica a causa dell'aumento della produzione di acidi digestivi che sono associati al tipo di vita che stanno conducendo.

Le ulcere peptiche possono talvolta svilupparsi in disturbi più gravi. A seguito di complicanze, l'ulcera peptica può portare a perforazione o ulcera sanguinante. Queste due forme di ulcera sono considerate molto pericolose, i risultati della ricerca indicano un'alta probabilità di morte a causa di tali complicanze. L'ulcera perforata comporta una grave lacerazione della membrana mucosa, che causa dolore acuto e acidità a livello addominale. L'ulcera sanguinante comporta

emorragie interne e necessita di intervento medico immediato. La maggior parte delle forme di ulcera perforata e sanguinante richiedono un intervento chirurgico a causa della loro gravità. Se l'emorragia è grave, l'intervento medico è principalmente focalizzato sull'arresto dell'emorragia e sulla rianimazione del paziente. Il paziente richiede trasfusioni di sangue per compensare la perdita di sangue e deve essere tenuto sotto costante monitoraggio fino al momento del recupero.

I sintomi più comuni di ulcera sanguinante sono: nausea, febbre, vomito di sangue, presenza di sangue nelle feci,

feci nere, disidratazione, affaticamento e debolezza del corpo. A causa della perdita di sangue, tali forme di ulcera possono portare all'anemia.

Alcune ulcere peptiche sono quindi più difficili da trattare rispetto ad altre. Quando si ha a che fare con l'ulcera peptica, è molto importante tenere lontano da alcool, caffeina, sigarette e cola, poiché potrebbero aggravare tutti i sintomi del disturbo. Dovresti cercare di rispettare una dieta sana e seguire le cure mediche prescritte dal tuo medico. Se rispetti queste indicazioni, i sintomi dell'ulcera miglioreranno molto probabilmente entro la prima settimana di trattamento, assicurando la remissione

del disturbo.

È fondamentale che un'ulcera peptica non venga trattata quando non diagnosticata in quanto può portare a complicanze più gravi in futuro. Quindi, se in qualsiasi momento nel futuro ti ritrovi a soffrire di un dolore persistente o di una sensazione di bruciore nel tratto digestivo dopo aver mangiato, o dopo che sei stato di un certo tipo di farmaci, allora è importante che tu abbia un esame completo fuori e una diagnosi può essere fatta, che poi porterà a un trattamento efficace per la condizione.

Segni e sintomi comuni

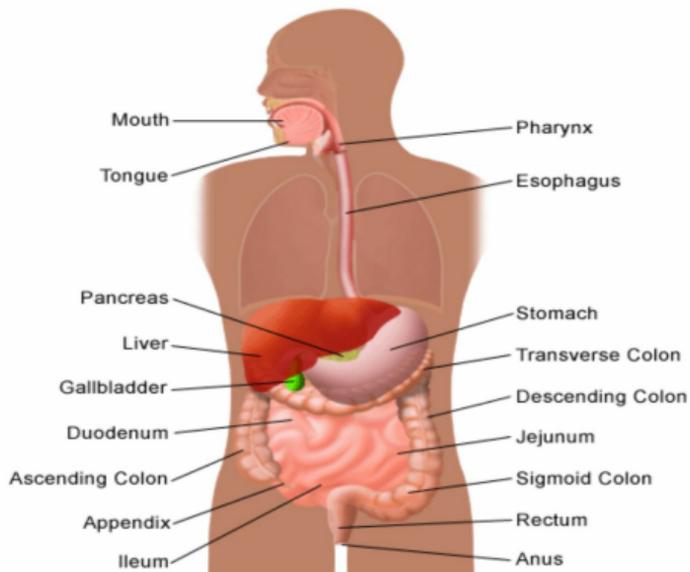
Di tutte le malattie croniche che si possono sperimentare, forse uno dei più dolorosi deve essere l'ulcera. Ti fa diventare una brutta giornata per vedere il segno di un attacco di ulcera che appare nel tuo corpo. La sensazione di bruciore e bruciore di questa terribile malattia può essere incredibilmente dolorosa, e se non trattata, può andare avanti per settimana dopo settimana con apparentemente senza fine in vista.

Un'ulcera è un cratere simile a una ferita di diametro compreso tra $1/4$ e $3/4$ di

pollice (a volte può avere un diametro da 1 a 2 pollici) e può formarsi nel rivestimento dello stomaco (ulcera gastrica), sotto lo stomaco all'inizio dell'intestino tenue nel duodeno (ulcera duodenale) o talvolta (ma non spesso) nell'esofago (ulcera esofageo). Anche lo stomaco e le ulcere duodenali possono essere definiti ulcere peptiche.

Le piccole ulcere non possono causare alcun sintomo. Alcune ulcere possono causare gravi emorragie.

Il dolore addominale è un sintomo comune, ma non sempre si verifica. Il dolore può variare da persona a persona.



Altri sintomi includono:

- Sensazione di pienezza - incapace di bere tanto fluido
- La fame e una sensazione di vuoto nello stomaco, spesso 1 - 3 ore dopo un pasto
- Lieve nausea (il vomito può alleviare questo sintomo)
- Dolore o disagio nell'addome

superiore

- Dolore addominale superiore che ti sveglia di notte

Altri possibili sintomi includono:

- Sgabelli catramosi sanguinanti o scuri
- Dolore al petto
- Fatica
- Vomito, forse sanguinoso
- Perdita di peso

Dispepsia. I sintomi più comuni di ulcera peptica sono noti collettivamente come dispepsia. Tuttavia, le ulcere peptiche possono verificarsi senza dispepsia o altri sintomi gastrointestinali, specialmente quando sono causati dai FANS.

La dispepsia può essere persistente o

ricorrente e può portare a una varietà di sintomi addominali superiori, tra cui:

- Dolore o disagio
- gonfiore
- Una sensazione di pienezza - le persone con grave dispepsia non sono in grado di bere tanto liquido quanto le persone con dispepsia lieve o nulle
- La fame e una sensazione di vuoto nello stomaco, spesso 1 - 3 ore dopo un pasto
- Lieve nausea (il vomito può alleviare i sintomi)
- Rigurgito (sensazione di acido di backup in gola)

] eruttazione

] Occasionalmente, sono presenti sintomi di GERD

Molti pazienti con i sintomi sopra riportati non hanno ulcera peptica o altre condizioni diagnosticate. In quel caso, hanno quella che viene definita dispepsia funzionale.

Ulcera dolorosa. Alcuni sintomi sono simili a quelli delle ulcere gastriche, anche se non tutti quelli con questi sintomi hanno un'ulcera. Il dolore delle ulcere può essere in un posto, o può essere diffuso (in tutto l'addome). Il dolore è descritto come un bruciore, una rosicchia o un dolore nell'addome superiore, o come un dolore lancinante

che penetra attraverso l'intestino.

I sintomi possono variare in base alla posizione dell'ulcera:

- Le ulcere duodenali spesso causano un dolore fastidioso nella zona superiore dello stomaco parecchie ore dopo un pasto, e i pazienti possono spesso alleviare il dolore mangiando un pasto.
- Le ulcere gastriche possono causare un dolore sordo e doloroso, spesso subito dopo un pasto; mangiare non allevia il dolore e potrebbe addirittura peggiorarlo. Il dolore può verificarsi anche durante la notte.
- Il dolore ulceroso può essere particolarmente confuso o

sconcertante quando si irradia alla schiena o al petto dietro l'osso del seno. In questi casi può essere confuso con altre condizioni, come un infarto.

- Poiché le ulcere possono causare emorragie nascoste, i pazienti possono manifestare sintomi di anemia, inclusi affaticamento e mancanza di respiro.

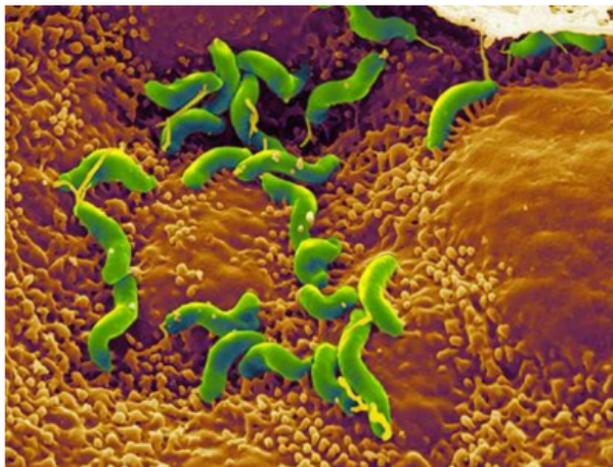
Le principali cause di ulcera peptica

La maggior parte delle ulcere peptiche si verifica nei locali di anomalie fisiologiche ereditate geneticamente, quali: produzione inappropriata di muco

(una sostanza protettiva naturale che circonda i tessuti e gli organi interni molli), produzione inappropriata di bicarbonato (una sostanza chimica che neutralizza gli effetti degli acidi digestivi) e scarsa circolazione sanguigna a livello dello stomaco.

Come discusso in precedenza, la causa principale dell'ulcera peptica è l'infezione da un tipo di batterio, l'*Helicobacter pylori*. Anche se ci sono vari altri fattori che contribuiscono allo sviluppo dell'ulcera peptica, il disturbo si verifica generalmente come conseguenza dell'infezione con i batteri di *Helicobacter pylori*. Questi batteri indeboliscono le pareti protettive degli

organi interni, consentendo agli acidi gastrici e alla pepsina di causare gravi danni ai tessuti e agli organi molli.



Helicobacter Pylori

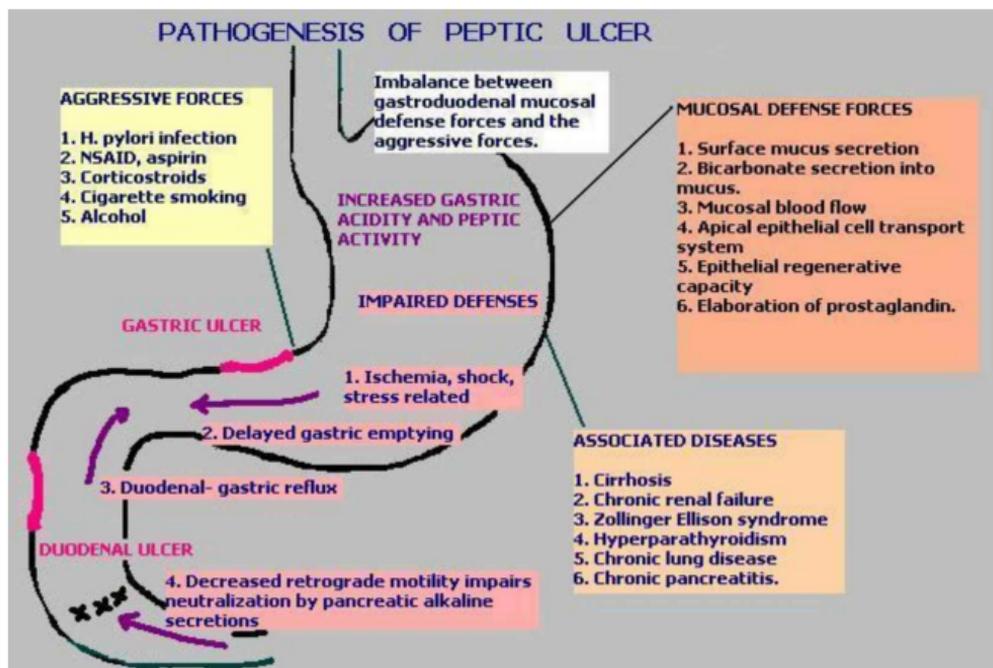
Un'altra causa dell'ulcera peptica è la sovrapproduzione di fluidi digestivi nello stomaco. In quantità normali, l'acido gastrico e la pepsina hanno un ruolo molto importante nel processo di digestione. Tuttavia, quando lo stomaco secerne queste sostanze in eccesso,

possono causare ulcerazioni e lesioni ai tessuti e agli organi interni.

I risultati della ricerca indicano che i fumatori sono esposti ad un rischio molto elevato di sviluppare ulcere peptiche. Il fumo aumenta la produzione dello stomaco di fluidi digestivi, facilitando così il verificarsi del disturbo. Inoltre, il fumo rallenta la guarigione delle ulcere peptiche esistenti e aumenta il rischio di complicanze. Simile al fumo, la caffeina può anche portare a una sovrapproduzione di pepsina e acido dello stomaco, contribuendo così alla comparsa di ulcera peptica.

Anche il consumo eccessivo di alcol

contribuisce notevolmente allo sviluppo dell'ulcera peptica. Le statistiche indicano che l'ulcera peptica è molto comune tra le persone che soffrono di cirrosi, una malattia associata all'abuso di alcol.



Studi sul campo hanno scoperto che alcuni farmaci orali sono anche una

potenziale causa di ulcera peptica. Comunemente prescritti nel trattamento dell'artrite reumatoide, i farmaci antinfiammatori non steroidei hanno vari effetti collaterali a livello del sistema gastrointestinale e contribuiscono notevolmente alla comparsa di ulcera peptica. Trattamenti in corso con aspirina, ibuprofene e naprossene interferiscono con la normale attività dello stomaco in diversi modi: rallentano la produzione dello stomaco di muco e bicarbonato; stimolano una sovrapproduzione di pepsina e acido gastrico; perturbano la circolazione del sangue nel rivestimento dello stomaco.

Lo stress emotivo sembra anche

influenzare l'attività dello stomaco, aumentando il rischio di sviluppare ulcera peptica. Sebbene gli scienziati medici non abbiano stabilito chiari collegamenti tra lo stress emotivo e l'ulcera peptica, sembra che le persone con problemi emotivi si trovino comunemente di fronte a disturbi gastrointestinali.

Al contrario, lo stress fisico è stato confermato essere una delle principali cause di ulcera peptica. Le persone che hanno subito lesioni allo stomaco o persone che hanno subito interventi chirurgici sono esposte ad un alto rischio di sviluppare ulcera peptica.

Come viene diagnosticata l'ulcera peptica

Test non invasivi per emorragia gastrointestinale (GI):

Quando si sospetta un'ulcera, il medico ordinerà test per rilevare il sanguinamento. Questi possono includere un esame rettale, emocromo completo e analisi del sangue occulto nelle feci (FOBT). Il test FOBT per il sangue nascosto (occulto) nelle feci. In genere, al paziente viene chiesto di fornire fino a sei campioni di feci in un pacchetto appositamente preparato. Una

piccola quantità di feci viene spalmata su carta trattata, che reagisce al perossido di idrogeno. Se è presente del sangue, la carta diventa blu.

I test di radiologia tradizionali non si sono ancora dimostrati preziosi per la diagnosi delle ulcere.

Endoscopia:

L'endoscopia è una procedura utilizzata per valutare l'esofago, lo stomaco e il duodeno usando un endoscopio: un tubo lungo e sottile dotato di una minuscola videocamera. Quando combinato con una biopsia, l'endoscopia è la procedura più accurata per rilevare la presenza di ulcere peptiche, sanguinamento e cancro allo stomaco o per confermare la

presenza di *H. pylori*.

Un piccolo esemplare del rivestimento dello stomaco chiamato una biopsia, che viene preso durante un'endoscopia. Il campione viene posto in una soluzione speciale (liquido o gel), che cambia colore se è presente *Helicobacter Pylori*; questo è chiamato test dell'ureasi.

Gli organismi *H. pylori* secernono una sostanza chimica chiamata ureasi, che converte l'urea (una sostanza presente nel sangue e nelle urine prodotta dalla degradazione delle proteine) in ammoniaca. Le soluzioni diagnostiche contengono urea e un indicatore alcalino. Se *H. pylori* è presente

all'interno della biopsia, posto nella soluzione di test, l'urea viene convertita in ammoniaca, il che fa cambiare l'indicatore dell'alcalino, producendo così un test positivo.

A seconda della soluzione di test utilizzata, il risultato richiede da alcuni minuti a 24 ore per essere disponibile. Oltre al test dell'ureasi, il campione biotico può anche essere inviato al dipartimento di patologia per essere esaminato al microscopio. Non solo gli stessi *H. pylori* rmicroscopici possono essere visti in questo modo, ma anche l'infiammazione microscopica associata allo stomaco, chiamata gastrite.

Il vantaggio principale di questi test è

che sono i più precisi disponibili e confermano l'esistenza o meno di H. pylori attivo al momento del test. Inoltre, durante l'esecuzione dell'endoscopia, il medico può vedere se c'è qualche evidenza di ulcera peptica, suggerendo che H. pylori dovrebbe essere sradicato.

Lo svantaggio dei test sui tessuti è che richiede un'endoscopia, ma la ricerca di H. pylori è raramente l'unica ragione per fare una tale indagine, quindi ha senso fare una biopsia allo stesso tempo. In comune con altri test di H. pylori, i risultati possono essere erroneamente interpretati se si sta prendendo un tipo di farmaco chiamato inibitore della pompa protonica (come omeprazolo,

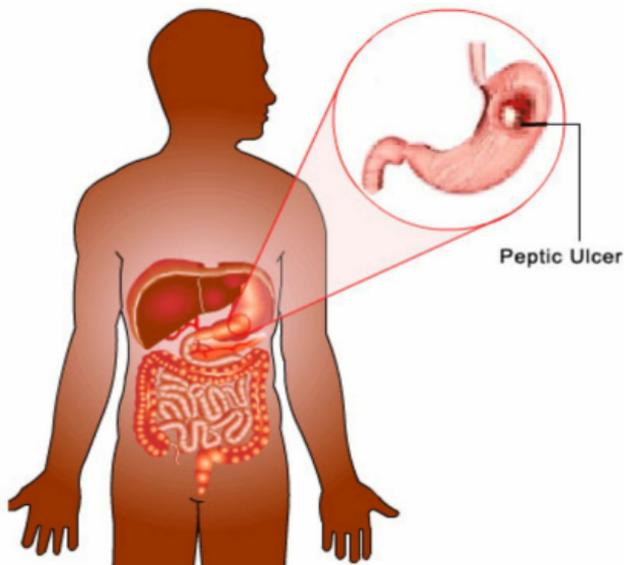
lansoprazolo o pantoprazolo), che sopprime il batterio senza ucciderlo.

Il risultato di stress mentale nell'ulcera peptica?

L'idea a lungo contesa che l'ulcera gastrica e duodenale è causata principalmente dallo stress è stata combattuta da medici e scienziati che hanno scoperto l'esistenza di un batterio resistente agli acidi. *Helicobacter pylori* è in grado di resistere e allevare in ambiente acido; appartiene alla classe A delle fasi precancerose poiché è noto che produce alcune delle forme più pericolose di cancro gastrico e

duodenale.

Dopo l'enorme scoperta di Helicobacter, i medici hanno considerato che tutte le forme di ulcera erano causate da un'infezione batterica e hanno smesso di studiare i fattori emotivi. Una medicazione che combina il metronidazolo, un antibiotico antiparassitario e l'ampicillina hanno preso il disegno dei farmaci e i pazienti che soffrono di ulcera sembravano migliorare rapidamente.



Nonostante queste scoperte, studi sulla popolazione mondiale hanno evidenziato che lo stress influisce sulla secrezione gastrica e danneggia lo stomaco del muco più di *H. Pylori*. Sebbene infetti, alcune persone non mostrano mai segni clinici di ulcera; dall'altra parte le persone che si sentono stressate hanno il doppio delle probabilità di sviluppare ulcera rispetto a quelle considerate

senza stress. Inoltre, i casi di ulcera sembravano moltiplicarsi dopo disastri naturali come terremoti o alluvioni quando un numero maggiore di persone accusava i segni clinici di dolori gastrici ed emorragie digestive.

Per essere in grado di stabilire una diagnosi completa di un caso particolare, un medico deve necessariamente cercare sia fattori determinanti psicologici che fisici. Il termine di "Malattia" è relativo poiché ogni caso di ulcera è speciale; ogni paziente è diverso, con il proprio stile di vita e le proprie abitudini alimentari e rilassanti.

Oltre all'ulcera, lo stress può anche

causare ipertensione, diabete o asma, specialmente in pazienti con ambienti di lavoro difficili o problemi familiari. Per il trattamento dell'ulcera gastrica e duodenale il medico deve considerare di consigliare ai suoi pazienti di migliorare la propria vita sia su scala fisica che emotiva. Un medico dovrebbe sempre essere un buon psichiatra in quanto ha bisogno di curare sia i corpi che le menti.

Sebbene un trattamento antibiotico sia più necessario per controllare segni e sintomi, un medico deve chiedere al paziente il proprio livello di stress a casa o al lavoro. Anche se ben trattato, con gli antibiotici giusti, l'ulcera mostra

sempre recidive dopo un certo periodo di tempo.



Lo stress può essere causato da fattori interni e da fattori esterni come un matrimonio stressante, l'uso di droghe o alcol.

Un programma di esercizi fisici, meditazioni o bagni terapeutici e massaggi migliorerà sicuramente la condizione psicologica dei pazienti.

Anche una cura di prodotti omeopatici e alimenti a base naturale può aumentare le prestazioni del corpo. Integratori alimentari come la liquirizia deglicirrinata che aiuta a curare le ferite dello stomaco o l'Aloe Vera che diminuisce l'infiammazione e supporta la guarigione, può far sembrare le cose migliori.

Per il trattamento di una malattia devi prima capirlo. Accettare fattori sia fisici che emotivi come potenziali cause di qualsiasi malattia potrebbe aiutarti a curare meglio ogni tipo di affetto. Esaminare il sistema nervoso e immunitario insieme all'area che disturba può portare a volte grandi

soddisfazioni. Ecco perché accettare lo stress come potenziale causa di ulcera è molto importante per un trattamento efficace.

I modi migliori per far fronte al dolore dell'ulcera peptica

Ci sono un numero di antidolorifici veloci che puoi prendere dalla tua farmacia che ti aiuteranno a neutralizzare l'acido dello stomaco, aiutando ad alleviare il dolore in circa 10-15 minuti. Questi possono essere assunti dopo ogni pasto o ogni volta che senti che l'ulcera inizia a giocare.

Mangiare può anche aiutare a ridurre temporaneamente il disagio perché l'acido nello stomaco viene neutralizzato man mano che il cibo viene digerito. Se

hai un'ulcera duodenale, assicurati di mangiare una dieta ricca di fibre altrimenti potrebbe peggiorare il dolore. La fibra aiuta a rallentare il processo digestivo e il dolore duodenale viene alleviato quando il cibo viaggia più lentamente attraverso lo stomaco. Ciò consente più tempo per neutralizzare gli acidi dello stomaco. Ci sono alcuni studi che suggeriscono che lo zenzero può aiutare a ridurre il rilascio di liquidi nel tratto gastrointestinale e può anche aiutare a ridurre l'infiammazione. Non prenda più di un cucchiaino al giorno perché assumere troppo lo zenzero può avere l'effetto opposto provocando irritazione.



Il succo di aloe vera è un rimedio popolare per le ulcere in quanto il succo sembra aiutare a ridurre l'infiammazione gastrointestinale e anche a ridurre l'acido dello stomaco dall'essere secreto nello stomaco. Bere circa un terzo di tazza, tre volte al giorno è la quantità raccomandata. Il tè alla camomilla è un favorito per calmare lo stomaco perché può calmare l'infiammazione. Versare una tazza di acqua molto calda su due

cucchiaini di camomilla essiccata, ripida per cinque minuti e poi filtrare. Bevi circa tre tazze di tè al giorno.

Un altro tè da bere è il tè alla menta piperita in quanto è anche un antinfiammatorio che può aiutare ad alleviare il dolore e aiutarti a guarire. Per preparare il tè, versare una tazza di acqua bollente su due cucchiaini di foglie essiccate, ripida per cinque minuti, quindi filtrare le foglie. Se hai una condizione chiamata ernia iatale, non dovresti avere il tè alla menta mentre l'erba rilassa i muscoli gastroesofagei e peggiorerà i sintomi.

Come

prevenire l'ulcera peptica

L'ulcera peptica può essere prevenuta mettendo una o più cose a posto. Questo può essere fatto prendendosi cura della causa o facendo precipitare (innescando) i fattori.

Pertanto, alcune delle cose che puoi fare per prevenire l'ulcera includono:

1. Evita certe droghe: Il gruppo di farmaci noti come farmaci antinfiammatori non steroidei (Aspirina, ibuprofene, indometacina, Piroxicam, ecc.) Deve essere evitato o assunto con la massima cura. Il medico può trovare altre alternative se si è a rischio di sviluppare ulcera peptica, specialmente

se questi farmaci devono essere assunti per un lungo periodo di tempo per il trattamento di altre patologie croniche.

2. Proteggi il tuo stomaco: Se si è in trattamento con farmaci antinfiammatori non steroidei, il medico deve prescrivere farmaci che riducano i loro effetti. Uno di questi farmaci è il bloccante H2, ad es. Cimetidina, ranitidina, ecc.

3. Smetti di fumare e alcol: L'alcol e il fumo devono essere fermati per ridurre il loro effetto a lungo termine sullo stomaco.

4. Riduci il caffè: Alimenti contenenti caffeina, ad es. Caffè, noci di cola, ecc. Dovrebbero essere ridotti. Anche l'uso

di bevande gassate dovrebbe essere ridotto al minimo.

5. Riduce lo stress: Coinvolgiti in alcune forme di esercizi per ridurre lo stress. Riduci le attività che ti causano stress. Riduci il carico di lavoro. Controlla anche la tua rabbia.

6. Mangi il buon cibo: Mangiare cibo ricco di fibre, ad es. frutta, verdura e cereali. Evita di esporti a prolungare l'hunger.

7. Medical treatment: Ci dovrebbe essere un trattamento adeguato dell'ulcera peptica se causata da *Helicobacter Pylori* per minimizzare la possibilità di recidiva. Nel caso ci sia una complicazione, la chirurgia

dovrebbe essere sostenuta.

8. Evita l'automedicazione: Non auto-medicare in quanto ciò potrebbe esporvi all'effetto dannoso di alcuni farmaci che sono noti per distruggere le pareti dell'intestino.

9. Ridurre al minimo i cibi raffinati

10. Drink 1.5-3 liters of water daily

11. Mangiare cibi ricchi di flavonoidi come aglio, tè, cipolle, mele, mirtilli e sedano. Possono aiutare a limitare la crescita di *Helicobacter Pylori*.

**Un piano di dieta perfetta per quelli
con ulcera peptica**

Mantenere una dieta è molto importante nel trattamento dell'ulcera. Qualche anno fa si pensava che il cibo potesse causare ulcera, ma ora è stato dimostrato che alcuni alimenti possono solo aggravare i sintomi dell'ulcera e ritardare la guarigione.

Alcuni consigli da seguire per prevenire o curare più velocemente sono l'ulcera:

1. Cerca di evitare i seguenti alimenti perché feriscono solo la linea dello stomaco: pepe, peperoncino, menta piperita, agrumi, cacao, cioccolato, cola e cibi grassi fritti. Questo elenco può essere regolato in base alle tolleranze,

ma i medici dovrebbero essere consultati anche su questo.

2. Quando mangi prova a mangiare lentamente, masticando bene i cibi in un'atmosfera non stressante.

3. Cerca di consumare i pasti due ore prima di andare a dormire.

4. Se fumi, dovresti smettere perché fumare solo ritarda la guarigione dell'ulcera.

5. Presta attenzione ai cibi che causano dolore e bruciature e cerca di non mangiarli più.

6. Se hai preso un raffreddore non usare l'aspirina perché le sostanze che contiene sono dannose per lo stomaco e ritardano la guarigione dell'ulcera.

7. Non saltare i farmaci prescritti dal medico: antiacidi, antibiotici.

Ecco uno schema di una dieta che è possibile seguire, approvato dalle Indennità dietetiche raccomandate dal Consiglio Nazionale delle Ricerche (RDA):

A colazione, mangia un toast con margarina e gelatina; bere mezza tazza di succo di mela, latte scremato, una tazza; Ti è permesso un cucchiaino di zucchero e un quarto di un cucchiaino di sale.

A pranzo, si può avere una crema di zuppa di patate con tortino di pollo alla griglia e insalata, un cucchiaino di senape e un quarto di sale. Se vuoi puoi avere le pesche dopo.

A cena, pesce al forno con purè di patate e una fetta di pane; mezza tazza di nettare di albicocca e budino alla vaniglia. La margarina è ammessa in un cucchiaino.

Questo tipo di dieta può essere seguito anche da coloro che soffrono di dispepsia non ulcerosa. Questo affetto è simile all'ulcera peptica, ma le differenze sono che la dispepsia non ulcerosa non dà un'ulcera, una lesione allo stomaco o un duodeno; dà solo gli stessi sintomi dell'ulcera peptica.

In generale, se vuoi alleviare i sintomi di un'ulcera, o ridurre il rischio di svilupparne uno, dovresti evitare di mangiare pasti abbondanti, poiché

incoraggiano la produzione di una quantità eccessiva di acido dello stomaco per digerire il cibo. Inoltre, le diete ad alto contenuto di grassi e zuccheri, ma a basso contenuto di fibre sono noti per causare una varietà di effetti negativi nell'intestino. Ecco alcuni consigli dietetici specifici che possono aiutare a ridurre i sintomi e la formazione di ulcere peptiche.

Ridurre l'assunzione di cibi piccanti:

Sebbene non vi siano prove chiare che suggeriscano che questi alimenti causino ulcere, è stato dimostrato che aggravano i sintomi. Quindi evitare cibi come: peperoncino, pepe nero, senape, curry e altre spezie forti.

Ridurre l'assunzione di alcol e caffeina:

Sia l'alcol che la caffeina possono essere alimenti problematici per chiunque abbia un'ulcera o essere a rischio di un'ulcera e dovrebbero essere evitati o consumati con parsimonia. Questi elementi in genere aumentano l'acidità dello stomaco e quindi possono contribuire allo sviluppo dell'ulcera o aggravare i sintomi delle ulcere esistenti.

Ridurre il consumo di sodio:

Uno studio americano ha collegato elevate assunzioni di sale e salsa di soia ad un rischio più elevato di ulcere allo stomaco. Quindi evita di aggiungere sale

al tuo cibo nel piatto e usa le etichette degli alimenti per controllare le varietà a basso contenuto di sodio. Gli alimenti comunemente ricchi di sodio includono: zuppa in scatola, tortilla chips, patatine / chips di mais, noci salate, salumi (ad es. Bacon), formaggio blu e cereali. Passare a una dieta contenente meno alimenti confezionati o trasformati, ridurrà sicuramente l'assunzione di sodio.

Aggiungi pesce oleoso alla tua dieta:

Alcuni studi suggeriscono che gli acidi grassi omega-3 - presenti nei pesci grassi come salmone, sgombro, sardine e aringa - possono aiutare a ridurre il rischio di ulcere. Sembra che questi grassi omega-3 aumentino la produzione

di prostaglandine, composti che aiutano a proteggere il rivestimento del canale alimentare, cioè l'intero passaggio digestivo, compreso il rivestimento dello stomaco e dell'intestino.

Consigli generali su vitamine e minerali dietetici:

Gli effetti antiossidanti protettivi di alcuni micronutrienti dovrebbero aiutare a ridurre il rischio di ulcere e alleviare i sintomi quando un'ulcera si è già formata. Per esempio, alcuni nutrizionisti raccomandano di mangiare più frutta e verdura, come carote, cavoli, peperoni rossi / verdi, succo di cavolo, albicocche e kiwi, per il loro contenuto di beta-carotene e vitamina C, al fine di

proteggere il rivestimento del stomaco e intestino. La vitamina E di alimenti come il germe di grano, le nocciole, l'olio di semi di girasole spremuto a freddo, l'olio di soia, dovrebbe anche aiutare, così come lo zinco da frutti di mare e cereali integrali.

Altri nutrizionisti sono forti sostenitori delle proprietà curative degli aminoacidi, i mattoni fondamentali delle proteine e raccomandano la L-Glutammina per le ulcere peptiche. Buone fonti di cibo includono: germe di grano, formaggio cheddar, mandorle, semi di girasole e semi di sesamo.

Come le vitamine aiutano a curare e prevenire l'ulcera peptica

In passato le persone che soffrivano di ulcera peptica erano limitate dal prendere regolarmente piccole quantità di cibo e latte blandi. Le ricerche hanno tuttavia dimostrato che ciò non aiuta in alcun modo a ridurre la ricorrenza delle ulcere. Tuttavia, una dieta ricca di fibre può ridurre al minimo le possibilità di sviluppare ulcere e aiuterà a guarire rapidamente quelle esistenti. In particolare, le fibre che si trovano nella frutta, le verdure sono molto protettive e

con la vitamina contenuta nella maggior parte di questi alimenti, i benefici sono aumentati.

Ci sono alcune prove che dimostrano che l'esercizio fisico aiuta a ridurre il rischio di ulcere in alcune persone. In uno studio del 2000, è stato riscontrato che sebbene l'esercizio sia utile per gli uomini, ma ha un effetto nullo sullo sviluppo dell'ulcera nelle donne. Non è noto che i programmi di riduzione dello stress abbiano un impatto sulla guarigione dell'ulcera. Tuttavia, hanno altri benefici per la salute che sono utili.

Tratta l'ulcera con vitamina A:



Quando si tratta di ulcere, il ruolo principale della vitamina A è quello di proteggere il rivestimento dello stomaco in modo che la piaga, se già sviluppata, non peggiori. La vitamina A consente anche la guarigione rapida delle aree colpite dell'intestino tenue. Ai pazienti affetti da ulcera peptica si consiglia di assumere cibi ricchi di vitamina A e di fibre alimentari come frutta e verdura.

I medici raccomanderebbero normalmente ai pazienti con ulcera

peptica un dosaggio iniziale di 25.000 UI di vitamina A al giorno per un'intera settimana. Quindi il dosaggio viene ridotto a soli 10.000 UI ogni giorno per la manutenzione. Tuttavia, le donne incinte o che desiderano rimanere incinta sono avvisate di non assumere più di 5.000 UI di vitamina A al giorno.

La vitamina C può aiutare a guarire l'ulcera:



La vitamina C funziona favorevolmente per i pazienti di ulcera peptica perché inibisce direttamente la crescita proprio i batteri che causano la malattia. Inoltre, se il batterio *H. pylori* fosse abbondante, comprometterebbe direttamente l'assorbimento del corpo della vitamina C. Quando questo accade, il paziente ha un rischio maggiore di sviluppare tumori allo stomaco dalla condizione che è semplicemente iniziata come ulcera

peptica.

Il dosaggio normale di vitamina C per i pazienti con ulcera peptica è di 1.000 mg due volte al giorno. Poiché la vitamina C può indurre la diarrea, il dosaggio può essere assunto anche in forma tamponata.

Un ormone trovato nel cervello che ha un ruolo nel sonno è noto come Melatonina. I ricercatori hanno scoperto che l'ormone potrebbe avere proprietà che aiuteranno a prevenire le ulcere insieme alla riduzione della secrezione acida e un miglioramento del flusso sanguigno. Fino ad ora, non è noto se andrà a vantaggio delle persone con ulcere peptiche, ma potrebbe benissimo

farlo. Tuttavia, alte dosi di melatonina hanno effetti avversi come disturbi mentali, forti mal di testa e incubi.

In passato gli anti-acidi erano i farmaci che erano preferiti per le ulcere, ma ora sono stati sostituiti con inibitori della pompa protonica. Esistono alternative naturali che funzionano molto bene per guarire l'ulcera e possono essere usate con altri farmaci prescritti. I ricercatori affermano che la liquirizia deglacinata (DGL) è un buon complemento alle misure terapeutiche raccomandate dal personale sanitario. DGL funziona positivamente affrontando i fattori sottostanti che causano le ulcere piuttosto che cercare di nascondere i

sintomi. DGL funziona promuovendo il meccanismo di difesa naturale che è già presente nel nostro corpo per combattere le ulcere. Altri farmaci che sono anche utili nella cura dell'ulcera portano con sé alcuni effetti collaterali ma DGL non ha effetti collaterali.

L'ulcera peptica causerà il cancro allo stomaco?

Il cancro gastrico o gastrico uccide ogni anno fino a un milione di persone in tutto il mondo. Sebbene gli scienziati non capiscano ancora perché alcune persone soffrono di cancro gastrico e altre no, l'*Helicobacter pylori*, il batterio legato alle ulcere, è stato implicato nei tumori allo stomaco. L'infezione da *H. pylori* è spesso di vecchia data. Ma l'infezione da *H. pylori* da sola non porta al cancro allo stomaco; anche altri fattori, come la suscettibilità genetica, sono necessari

per la condizione da sviluppare.

Una lunga infezione da *H. pylori* può causare infiammazione cronica dello stomaco, che può provocare la perdita del normale tessuto gastrico e la sostituzione con tessuti intestinali e fibrosi. Questa trasformazione del normale tessuto dello stomaco aumenta il rischio di sviluppo del cancro.

Nei gruppi etnici e nei paesi in cui vi è un'alta insorgenza di infezione da *H. pylori*, sono stati adottati programmi di screening e sorveglianza modificati per identificare e trattare il cancro in uno stadio precoce e curabile. In Giappone, ad esempio, la diagnosi precoce e l'eradicazione di *H. pylori* in

combinazione con esofagogastroduodenoscopia (o EGD, una procedura di controllo per esaminare il tratto digerente superiore) hanno ridotto i tassi di mortalità associati al cancro gastrico. Tuttavia, è stato stimato che per schermare da 5 a 6 milioni di cittadini giapponesi ogni anno, il costo di tale programma supera i \$ 300 milioni.

Negli Stati Uniti, *H. pylori* è in declino e non ci sono raccomandazioni nazionali attuali per lo screening o la sorveglianza di routine EGD. I ricercatori stanno ancora imparando molto sulla connessione tra l'infezione da *H. pylori* e il cancro gastrico.

Un'area di ricerca attiva sta esaminando l'effetto dell'eradicazione di *H. pylori* su persone ad alto rischio di ulcere nel tempo. Sono in corso studi per esaminare il tipo e l'entità del danno al normale tessuto dello stomaco in pazienti che hanno avuto *H. pylori* che è stato sradicato.

L'eradicazione di *H. pylori* può ridurre il rischio di cancro allo stomaco, ma non eliminarlo. Il rischio del paziente dipende dalla quantità di danni che le membrane mucose hanno subito prima dell'inizio del trattamento con *H. pylori*. Il danno può essere misurato durante un'endoscopia.

L'infezione da *H. pylori* promuove una

condizione precancerosa chiamata gastrite atrofica. Il processo molto probabilmente inizia nell'infanzia.

Può portare al cancro attraverso i seguenti passaggi:

Lo stomaco diventa cronicamente infiammato e perde le patch delle ghiandole che secernono proteine e acido. (L'acido protegge dagli agenti cancerogeni, sostanze che causano cambiamenti cancerogeni nelle cellule).

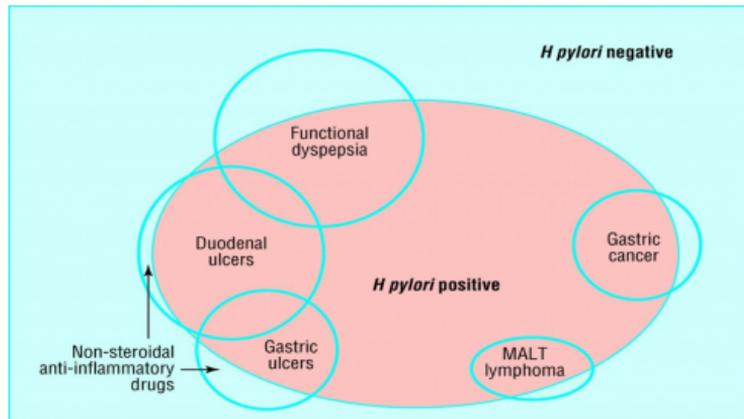
Le nuove cellule sostituiscono le cellule distrutte, ma le nuove cellule non producono abbastanza acido da proteggere dagli agenti cancerogeni.

Nel tempo, le cellule tumorali possono svilupparsi e moltiplicarsi nello

stomaco.

Quando l'infezione da *H. pylori* inizia nell'età adulta, rappresenta un rischio più basso per il cancro, perché occorrono anni per sviluppare una gastrite atrofica e un adulto rischia di morire per altre cause. Altri fattori, come ceppi specifici di *H. pylori* e dieta, potrebbero anche influenzare il rischio di cancro allo stomaco. Ad esempio, una dieta ricca di sale e povera di frutta e verdura fresca è stata associata a un rischio maggiore. Alcune evidenze suggeriscono che il ceppo di *H. pylori* che porta il gene associato alla citotossina A (CagA) possa essere anche

un particolare fattore di rischio per i cambiamenti precancerosi.



Le persone con ulcere duodenali causate da *H. pylori* sembrano avere un minor rischio di cancro allo stomaco, sebbene gli scienziati non sappiano il perché. Può darsi che diversi ceppi di *H. pylori* influiscano sul duodeno e sullo stomaco. Oppure, gli alti livelli di acido trovati nel duodeno possono aiutare a prevenire la diffusione dei batteri nelle aree

critiche dello stomaco.

Non è chiaro se l'eradicazione di *H. pylori* elimina completamente il rischio di cancro gastrico di una persona. Finché la scienza non ci fornirà soluzioni migliori, è meglio che parli con il tuo gastroenterologo per valutare la migliore strategia per te.

Opzioni di trattamento

Se una persona è trovata positiva con *H. pylori*, avrà bisogno di alcune compresse prescritte per sbarazzarsene. Nella maggior parte dei casi il trattamento è una combinazione di tre

farmaci: un inibitore della pompa protonica e due antibiotici, presi ogni giorno per una settimana. L'esistenza di sintomi persistenti dell'ulcera anche dopo un test in cui non è stato trovato H.pylori porta a ulteriori test, come la gastroscopia o la deglutizione del bario.

Se una persona è trovata positiva con H. pylori, avrà bisogno di alcune compresse prescritte per sbarazzarsene. Nella maggior parte dei casi è un controllo di tre farmaci: un inibitore della pompa protonica e dovuto antibiotici, presi ogni giorno per una settimana. L'esistenza di sintomi persistenti dell'ulcera anche dopo un test in cui non è stato trovato H.pylori porta

a ulteriori test, come la gastroscopia o la deglutizione del bario.

Un'anemia può essere causata da un'ulcera a lento sanguinamento, in cui i globuli rossi possono essere trovati in un piccolo numero, quindi non sono in grado di trasportare l'ossigeno in tutto il corpo. Il restringimento nel duodeno a volte lasciava cicatrici prodotte da ulcere cicatrizzate.

Lo scopo del trattamento consigliato dal medico in caso di ulcera peptica causata da H. Pylori è distruggere i batteri, ridurre la quantità di acido dallo stomaco e dal duodeno e preservare il rivestimento dello stomaco e del duodeno.

Il trattamento antibiotico ucciderà i batteri se preso per 2 settimane in combinazione con due farmaci. Alcuni dei più efficaci farmaci antibiotici sono: metronidazolo, tetraciclina, claritromicina e amoxicillina. Inoltre, uno dei farmaci antibiotici potrebbe essere scambiato con bismuto saliciclato che riveste e lenisce lo stomaco, proteggendolo dagli effetti dannosi dell'acido.

Al fine di ridurre il livello di acido nello stomaco, il medico le prescriverà: antagonisti del recettore H₂ (famotidina, cimetidina, nizatidina e ranitidina) e inibitori della pompa protonica (omeprazolo, lansoprazolo e

pantoprazolo). Riducendo la quantità di acido, lo stomaco e il duodeno non saranno più feriti da esso e il dolore sarà ridotto.

Per proteggere la linea dello stomaco e del duodeno, riceverai antiacidi che preserveranno il rivestimento dall'azione dell'acido.

Il trattamento deve essere seguito esattamente come prescritto dal medico. Inoltre, fumare e bere alcolici e caffè deve essere eliminato o almeno ridotto. Lo stress è anche un fattore che contribuisce all'entità dell'ulcera, quindi è necessario evitare di stressarsi. Alcune erbe e persino l'agopuntura possono essere utili.

Inoltre, si raccomanda di seguire una dieta. Mirtilli rossi, mele, cipolle uccidono l'H. Pylori; frutta e verdura che sono ricchi di fibre sono anche buoni per voi. Cerca di vedere che tipo di alimenti ti causano disagio dopo averle mangiate e poi ridurle dalla tua dieta. Un'altra regola è di non mangiare entro due ore dal momento di andare a letto. Inoltre, se hai il raffreddore evita di usare l'aspirina perché danneggerà maggiormente lo stomaco.

Le ulcere gastriche e duodenali sono generalmente trattate con diversi tipi di medicinali dai medici. Consigliano alle persone di ridurre lo stress e modificare

il loro stile di vita. Durante il trattamento di H.pylori vengono utilizzati i seguenti tipi di farmaci: H2-bloccanti, inibitori della pompa protonica e agenti protettivi della mucosa. Quindi questi farmaci sono usati in combinazione con antibiotici. Quando sorgono complicazioni e quando il farmaco è inefficace, può essere necessario un intervento chirurgico.

La quantità di acido prodotta dallo stomaco viene ridotta dagli H2-bloccanti. Questi farmaci comprendono cimetidina, ranitidina, famotidina e nizatidina. La produzione dello stomaco di acido è modificata dagli inibitori della pompa protonica e questi fermano

la pompa acida dello stomaco, che è il passo finale della secrezione acida. Omeprazolo (Prilosec) è stato recentemente approvato e ora è riconosciuto un farmaco disponibile ed è dieci volte più potente nel sopprimere la produzione di acido dello stomaco rispetto ai bloccanti di H₂. Una produzione di acido dello stomaco può essere soppressa da un potente inibitore dell'acido. È più comune per il trattamento di persone la cui ulcera non risponde ai bloccanti dei recettori H₂ o ad altri farmaci e quelli con sindrome di Zollinger-Ellison. Il rivestimento dello stomaco è protetto dagli agenti protettivi della mucosa. I farmaci prescritti sono sucralfato e misoprostolo. Gli antiacidi

come Tums e Roloids e il subsalicilato di bismuto (Pepto-Bismol) non sono farmaci da prescrizione.

Le ulcere possono essere trattate con un breve ciclo di terapia antibiotica combinata ad alte dosi piuttosto che con la soppressione acida. Quindi vengono utilizzati due tipi di terapia combinata: tripla terapia e duplice terapia. La tripla terapia comprende: metronidazolo, tetraciclina e Pepto-Bismol, tutti prelevati quattro volte al giorno. Questa terapia dura due settimane. Il trattamento nel distruggere i batteri *H. pylori* e nel ridurre il rischio di ricomparsa è efficace al 90%. La terapia doppia comprende: amoxicillina da due a

quattro volte al giorno o Biaxin tre volte al giorno e Prilosec due volte al giorno. Dura due settimane e il trattamento è efficace all'80%.

Ci sono alcuni rari casi in cui il trattamento non è efficace e devono essere applicate altre misure. La chirurgia è una soluzione per il trattamento delle ulcere peptiche ma solo il medico sarà in grado di dichiarare se è necessario un intervento chirurgico o meno.

In realtà, la chirurgia è molto raramente necessaria per le ulcere peptiche. Potrebbero comparire complicanze gravi come sanguinamento dall'ulcera o perforazione del rivestimento duodenale

o dello stomaco, che può essere risolto da un certo intervento chirurgico. Lo sviluppo della peritonite richiede un trattamento ospedaliero di emergenza. Attraverso un gastroscopio sono richieste alcune operazioni nel trattamento di un'ulcera sanguinante, ma può essere somministrato un sedativo.

Vagotomia, antrectomia e piloroplastica sono i tipi più comuni di chirurgia per le ulcere. Ad esempio la vagotomia comporta il taglio del nervo vago che trasmette messaggi dal cervello allo stomaco. La secrezione acida si riduce a causa di questa interruzione. L'antrectomia rimuove la parte inferiore dello stomaco, quella che stimola la

secrezione dei succhi digestivi. Quindi il duodeno e l'intestino tenue si ingrandiscono, quindi il contenuto passa più liberamente dallo stomaco.

Per evitare un intervento chirurgico e per proteggerci dall'aspetto di un'ulcera peptica, dovremmo prestare attenzione a quale tipo di cibo mangiamo e anche ad avere uno stile di vita corretto.

Trattare l'ulcera dai suoi inizi è essenziale per la tua vita. L'ulcera non trattata può darti anemia (il sangue ha una carenza di cellule del sangue e non può trasportare correttamente l'ossigeno) e la perforazione, il che significa che l'ulcera ferisce lo stomaco fino a farlo attraversare la parete. Inoltre, possono

comparire emorragie e persino la morte.

Aloe

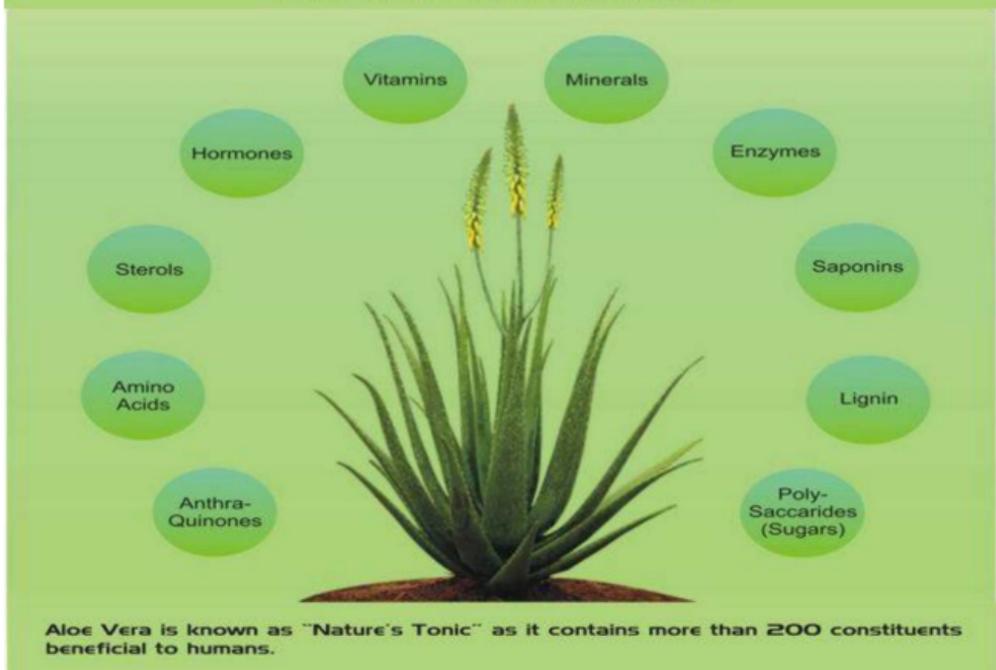
Vera come rimedio di meraviglia per l'ulcera peptica

Fin dall'antichità l'aloë vera ha goduto di ogni meritata reputazione come contenente proprietà che rendono la digestione e altri problemi gastrointestinali. Ingerito l'aloë vera in varie forme come succo, gel o capsule e hanno trovato sollievo da disturbi come

reflusso acido, sindrome dell'intestino irritabile (IBS), bruciore di stomaco, ulcere e malattia di Crohn.

Fino a poco tempo fa c'erano stati pochi studi che hanno convalidato le affermazioni fatte dagli appassionati di aloe, ma oggi la ricerca e la scienza stanno finalmente sostenendo ciò che molti di noi sono stati a conoscenza per anni. L'aloè vera funziona davvero!

Aloe Vera - 'The Miracle Plant'



Nel 1985 il dottor Jeffrey Bland ha concluso in un articolo sull'effetto dell'aloè sul tratto gastrointestinale che la pianta di aloè ha un effetto favorevole perché agisce come un agente ammortizzante che normalizza effettivamente i livelli di pH nell'intestino, riduce il livello di lievito

, aiuta a migliorare l'equilibrio dei batteri simbiotici, aiuta il movimento intestinale a diventare regolare e promuove il benessere generale e i livelli di energia.

Uno studio condotto in Russia ha coinvolto la fornitura di aloe vera a pazienti con ulcera peptica. I risultati sono stati estremamente favorevoli rispetto ai risultati ottenuti da pazienti che usavano farmaci comuni per trattare le ulcere peptiche. I ricercatori hanno concluso che l'uso di succo di aloe o gel ha prodotto gli stessi risultati dei farmaci per l'ulcera. Il vantaggio era che l'aloè vera non produceva effetti

collaterali sgradevoli.

I risultati russi hanno confermato i risultati di uno studio precedente su 7 uomini e 5 donne, di età compresa tra 24 e 83 anni. Dopo essere stati trattati con solo gel d'aloè, ogni paziente ha guarito le ulcere entro un anno. Anche un anno dopo l'ultimo trattamento, non una persona del gruppo ha avuto un'altra ulcera.

I ricercatori ritengono che l'aloè vera contenga proprietà antibatteriche e antiinfiammatorie che effettivamente guariscono il rivestimento dell'intestino e dello stomaco nello stesso modo in cui funziona quando applicato localmente a ferite e ustioni. Se questo è il caso, è

facile capire perché così tante persone riferiscono che il succo e il gel hanno curato le ulcere.



Altre ricerche indicano che sembra anche sopprimere la produzione di acido gastrico in eccesso e mantiene lo stomaco più pieno più a lungo. Il dolore di un'ulcera si avverte più spesso quando lo stomaco è vuoto, quindi questo potrebbe essere il motivo per cui

molte persone che soffrono di ulcere trovano che l'ingerimento dell'aloè allevia il loro dolore.

Un importante ricercatore di aloè vera, il gastroenterologo Dr. Ivan Danhof, ritiene che possa migliorare la salute dell'intero tratto gastrointestinale. È giunto alla conclusione che sono le proprietà antinfiammatorie del succo e del gel della pianta che aiuta nel trattamento delle malattie infiammatorie dell'intestino, tra cui il morbo di Crohn e la colite ulcerosa.

Rimedi naturali

I rimedi casalinghi per l'ulcera peptica beneficeranno in larga misura se presi per lungo tempo e in modo coerente. Puoi usarli per prevenire la gravità di questo problema. Quando hai la sensazione di avere qualsiasi tipo di disturbi addominali, devi immediatamente interrompere l'assunzione di cibi spazzatura per prevenire l'aggravamento della condizione. Devi dare al tuo apparato digerente abbastanza riposo per guarire e tornare alle sue condizioni normali. Sicuramente non vorrete che peggiori.

Ecco una lista di rimedi domestici molto efficaci che aiuteranno a curare l'ulcera peptica e lenire il sistema

digestivo.

Succo di cavolo:





Le proprietà curative presenti nel cavolo derivano da due composti anti-ulcera, la

glutammina (un amminoacido che alimenta le cellule che rivestono lo stomaco e l'intestino) e la S-metil-metionina (etichettata come vitamina U). La glutammina è disponibile in capsule per coloro che sono troppo occupati a succhiare il cavolo e si è dimostrata una cura superiore agli antiacidi. Il cavolo Juicing è semplice e si ottiene tagliando la testa in segmenti abbastanza piccoli da adattarsi allo scivolo di alimentazione dello spremiagrumi. Quando si usa il succo di cavolo si raccomanda di non bere più di 4 once alla volta per evitare di eccedere eccessivamente i succhi gastrici, che possono portare a crampi dell'intestino e gassosità a causa dello zolfo nel succo

che reagisce con i batteri intestinali esistenti. Mescolare il succo di cavolo con succo di carota può aiutare a ridurre l'effetto dello zolfo e tonificare le pareti intestinali. Oltre alla sua capacità di guarire le ulcere gastriche, il cavolo è anche riconosciuto come trattamento di successo per una serie di altre condizioni di salute tra cui la colite e la stitichezza. È anche noto per aiutare a chiarire l'acne e guarire le gengive infette. È importante scegliere teste di cavolo che siano sode senza lasciare congedi o scolorimento, il che significa perdita di valore nutrizionale.

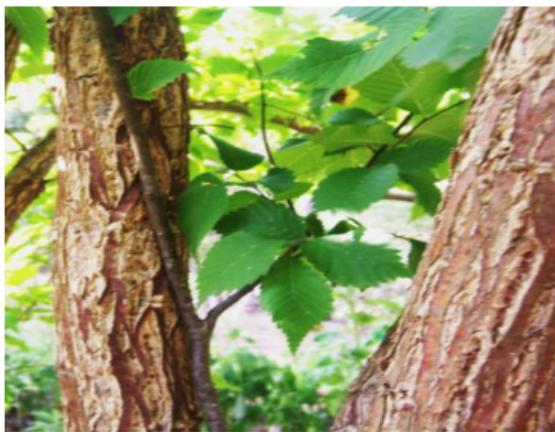
Banana:



I rimedi naturali delle ulcere pepiche più comunemente usate aumentano l'assunzione giornaliera di banane. Gli individui che soffrono di ulcera peptica, soprattutto quando sono in fase avanzata, sono invitati a mangiare due banane al giorno. La banana ricopre le pareti interne dell'intestino e dello stomaco prevenendo un'ulteriore diffusione dell'erosione delle lesioni. Allevia anche il dolore neutralizzando l'eccessiva acidità nei succhi gastrici. Il succo di lime è anche utile per alleviare

le ulcere peptiche. Il suo acido citrico e i suoi sali minerali lavorano insieme per aiutare il processo di digestione, riducendo così la flatulenza nello stomaco.

Olmo scivoloso:



Indispensabile nel trattamento delle ulcere è Slippery Elm (*Ulmus fulva*), che può dare sollievo palliativo per il dolore delle ulcere. Un modo utile per prenderlo è sotto forma di pappa o

budino. La seguente ricetta fu suggerita dall'erborista Cascade Anderson Geller in una classe al National College of Naturopathic Medicine. Il seguente metodo può aiutare a prevenire l'accumulo di olmi scivolosi in acqua, cosa che tende a fare. Metti 1 ½ cucchiaino. di polvere di olmo scivoloso in un vasetto con ½ tazza di acqua fredda e agitare vigorosamente. Versalo in una terrina e versaci sopra una o due tazze di acqua bollente. Mescolare continuamente per due minuti. I pazienti godono di questo con miele, uvetta, buccia di limone, cannella o altri cibi ben tollerati.

Radice di liquirizia:





È utile quando le ulcere sono infiammate. La ricerca ha dimostrato che

aumenta la formazione e la secrezione delle mucose, proteggendo così i tessuti dagli acidi digestivi. La radice di liquirizia deglicirrinata, disponibile in commercio, ha eliminato l'acido glicirrizico per eliminare i potenziali effetti collaterali di basso contenuto di potassio, edema e possibile pressione alta. La ricerca della liquirizia ha dimostrato di essere efficace quanto Tagamet nel ridurre il tempo di guarigione delle ulcere (Pizzorno). È importante prendere la radice di liquirizia deglicirrinata (DGL) come polvere o masticare accuratamente le compresse per assicurarsi che il loro contenuto sia completamente esposto alla mucosa intestinale.

Prato dolce:



È un'erba importante per ipo o iperacidità. Si noti che le ulcere duodenali di solito derivano da un'elevata quantità di acido secreto dallo stomaco dallo stomaco, ma che le ulcere gastriche di solito hanno acido dello stomaco normale o basso, essendo un problema di debolezza nel rivestimento dello stomaco al posto di un eccesso di acido. Meadow Sweet

riporta il normale equilibrio alla funzione secretoria gastrica, aumentando l'acidità di stomaco in condizioni ipoacidiche e riducendola in iperacidità.

Marshmallow:



(*Althea officinalis*) è un'erba utile in caso di sanguinamento o irritazione. È mucillaginoso e ha un'azione lenitiva sui tessuti infiammati. Marshmallow è anche una buona erba nutritiva e può aiutare con molti dei problemi sottostanti e di

accompagnamento delle ulcere.

Peperoncino di Cayenna:





È meraviglioso per la guarigione delle ulcere e per attenuare il dolore. È un po' forte e potrebbe essere necessario abituarsi all'inizio. Iniziare con un ottavo di cucchiaino di pepe di cayenna in un bicchiere d'acqua due volte al giorno e lavorare fino a un quarto di

cucchiaino. Puoi anche prendere le capsule di Caienna che puoi acquistare nel negozio di alimenti naturali. Prendine tre al giorno subito dopo i pasti. Capsaicina che è l'ingrediente dei peperoncini di cayenna che li rende caldi. Si pensa che la capsaicina sia in grado di ricostruire il tessuto dello stomaco e può portare il sangue lì più velocemente .. Il peperoncino di Cayenna è anche un anestetico e quindi può impedire di sentire il dolore e può aiutare a controllare anche il sanguinamento da ulcera.

Menta piperita:



Un rimedio comune per mal di stomaco, menta piperita può anche portare beneficio a chi soffre di ulcere allo stomaco. Secondo il Medical Center dell'Università del Maryland, l'assunzione di una compressa di menta piperita con rivestimento enterico standardizzata 2-3 volte al giorno può aiutare ad alleviare i sintomi dell'ulcera peptica. Gli individui suscettibili al bruciore di stomaco devono assumere solo compresse gastroresistenti. Questo

rivestimento, comunemente applicato ai farmaci orali, controlla la posizione di assorbimento nel sistema digestivo, che previene i bruciori di stomaco e altri effetti collaterali.

Zenzero:



Il suo potere antibatterico è ideale per evitare la formazione di ulcere eliminando l'*Helicobacter pylori* e altri problemi di stomaco come la gastrite. D'altra parte è una pianta in grado di neutralizzare l'eccesso di acido gastrico

che è un'altra delle cause che favorisce la formazione di ulcere.

Semi di fieno greco:





Un tè preparato con semi di fieno greco è un altro rimedio casalingo favorevole per l'ulcera peptica. I semi, se inumiditi con acqua, sono un po' mucillaginosi. Questo tè aiuta a guarire le ulcere dal

momento che il materiale mucillaginoso ricopre il rivestimento dello stomaco e protegge dall'acido secernente. Bollire una tazza d'acqua e togliere dal fuoco. Aggiungi 1 cucchiaino. di semi di fieno greco, permettendo di ripidiare per 5 minuti prima di filtrare e bere.

Neem Bark:



L'estratto di corteccia di neem è risultato essere curativo per l'ulcera peptica. L'estratto di corteccia se assunto alla dose di 30-60 mg due volte al giorno per 10 settimane guarirà quasi

completamente le ulcere. È anche riconosciuto per la riduzione dell'acido cloridrico nello stomaco, che durante il processo di guarigione è essenziale per la guarigione delle ferite. Se l'acido non viene controllato durante la fase dell'ulcera attiva, l'acido continuerà a degradare la parete intestinale anche se vengono applicati antibiotici. Dopo la guarigione dell'ulcera, l'estratto di Neem deve essere interrotto poiché lo stomaco necessita di alti livelli di acido cloridrico per una corretta digestione. Livelli bassi possono effettivamente contribuire a formare una nuova ulcera.

Latte di mandorla:



Anche il latte di mandorla ha effetti favorevoli sull'ulcera peptica. Il latte preparato con mandorle sbollentate in una macinacaffè è utile per il trattamento dell'ulcera peptica. Lega l'eccesso di acido nello stomaco. Questo è uno dei rimedi domestici popolari per le ulcere peptiche.

bacchetta del tamburo:



Le foglie dell'albero della bacchetta, che si trovano principalmente nel sud dell'India, sono state anche molto efficaci nella guarigione delle ulcere. Prendi dieci grammi di foglie e trasformalo in una pasta fine, mescolato con mezza tazza di yogurt e prendilo ogni giorno.

Acidi grassi Omega:



Gli acidi grassi Omega 3 stimolano l'organismo a produrre prostaglandine, una sostanza che aiuta a proteggere il rivestimento dell'intero apparato digerente. Quindi assumere gli acidi grassi omega 3 includendo i pesci grassi come lo sgombro, il salmone, l'aringa, le sardine ecc. Negli aiuti dietetici alle ulcere curative.

Uva spina indiana (Amla) e Lime:





Un agrume molto importante e utile che è eccellente per il trattamento delle ulcere peptiche è l'uva spina indiana. Puoi bere il succo di amla o prendere le pillole contenenti l'estratto di uva spina.

La calce è anche un rimedio naturale per

le ulcere peptiche in quanto contiene acido citrico e alcuni minerali benefici. Questo aiuta anche e migliora la digestione.

Succhi di verdura:



I succhi freschi di verdure crude, in particolare la carota e il cavolo, hanno eccellenti proprietà curative e sono utili nelle ulcere peptiche. Il succo di carota può essere preso da solo o mescolato con spinaci, barbabietole e cetrioli. La

proporzione di formula per la prima miscela è di 300 ml di succo di carota miscelato con 200 ml di succo di spinaci; e per la seconda formula di composizione sono 300 ml di succo di carota mescolato con 100 ml di barbabietola e succo di cetriolo ciascuno per ottenere 500 ml di succo.

Foglie di Bael:



Un'infusione di foglie di bael è

considerata un rimedio efficace per l'ulcera peptica. Le foglie sono immerse durante la notte in acqua. Quest'acqua è tesa e presa al mattino. Il dolore e il disagio sono alleviati quando questo trattamento viene continuato per alcune settimane. Le foglie di Bael sono ricche di tannino, che riduce l'infiammazione e aiuta nella guarigione delle ulcere. Anche il frutto di Bael sotto forma di bevanda ha grandi proprietà curative a causa del suo contenuto di mucillagine. Questo forma un rivestimento sulla mucosa dello stomaco e quindi aiuta a guarire le ulcere.

Miele grezzo:



Il miele crudo ha potenti proprietà curative. Quando ingerito, attacca i batteri e rafforza il rivestimento dello stomaco. Puoi includerlo nei tuoi pasti giornalieri o farlo a intervalli regolari diffondendolo su pane di grano o pane misto. Aiuta a ridurre qualsiasi infiammazione nello stomaco e tiene a bada anche allergie e malattie.

Latte di capra:



Il latte di capra è anche estremamente efficace nel trattamento di questa malattia. Aiuta a guarire le ulcere peptiche. Per ottenere i migliori risultati, un bicchiere di latte di capra può essere preso in forma grezza, tre volte al giorno.

Mirtillo rosso:





Il succo di mirtillo può aiutare a trattare e prevenire le ulcere gastriche causate dai batteri. Uno studio pubblicato nell'edizione di aprile 2005 della rivista

Helicobacter ha rilevato che il consumo regolare di succo di mirtillo può sopprimere l'infezione da H. pylori. Alla fine dello studio, il 14% dei pazienti infetti che hanno assunto 500 mg di succo di mirtillo al giorno per 90 giorni è risultato negativo per i batteri. Prova a prendere 400 mg di mirtillo rosso in capsule due volte al giorno o bevi due o tre 8 once. bicchieri di succo al giorno per aiutare a curare le ulcere gastriche. Questo trattamento potrebbe non funzionare per tutti i tipi di ulcera o per ogni paziente, ma bere un paio di bicchieri di succo di mirtillo al giorno non farà sicuramente male.

Seme di sedano:



Migliora la digestione e la funzionalità epatica. Ricco di sodio organico, che aiuta a nutrire il rivestimento dello stomaco. Calma e nutre i nervi. Aiuta a prevenire le ulcere rafforzando il rivestimento dello stomaco.

Spirulina:





La spirulina è un'alga blu-verde che cresce nei laghi d'acqua dolce. Usato per secoli dalle popolazioni indigene, gli effetti della spirulina includono la rimozione delle tossine dal corpo e la

fornitura di amminoacidi e oligoelementi per supportare la guarigione. Se il pensiero di mangiare le alghe ti disturba, rilassati - la spirulina è venduta in capsule o pillole nella maggior parte dei negozi di alimenti naturali.

Turmeric (Curcuma longa):



La curcuma è un'altra cosa che può essere usata per aiutare la malattia. È una spezia che aggiunge un sapore piccante al cibo. Protegge il sistema digestivo favorendo l'eliminazione di sostanze nocive. Non ci sono effetti collaterali noti per la curcuma. I benefici per la salute della curcuma

sono numerosi, ma ora gli studi sugli animali forniscono prove preliminari che suggeriscono che la curcuma cancella le tossine dal corpo, prevenendo danni al fegato e alle parti digestive del corpo.

aglio:



Aglio: uccide batteri, virus, Candida e parassiti, che contribuiscono tutti a disturbi digestivi, comprese le ulcere.

Corteccia di quercia bianca:



Contiene proprietà astringenti che aiutano sia il sanguinamento interno che esterno. Aiuta a guarire i tessuti danneggiati nello stomaco e nell'intestino. Rafforza lo stomaco per un migliore assorbimento e secrezione.

Infine, bevi più acqua possibile in

quanto aiuta a diluire l'acido che è lì nello stomaco e limita qualsiasi ulteriore danno al tuo intestino. Evitare cibi confezionati e spazzatura in quanto contengono conservanti che possono aggravare la situazione. Assicurati inoltre di limitare l'assunzione di bevande calde come tè e caffè. Smetti di bere acqua gassata e bevande fredde. Evitare di stressarsi il più possibile in quanto aggrava le ulcere peptiche. Alcune posizioni yoga come la posa della palma sono considerate estremamente utili nel trattamento di pazienti affetti da ulcera gastrica.

DISCLAIMER

**Questo eBook informativo non
sostituisce la prevenzione, la diagnosi
o il trattamento medico professionale.**

**Si prega di consultare il proprio
medico, farmacista o fornitore di
assistenza sanitaria prima di assumere
qualsiasi rimedio o integratore
domiciliare o di seguire qualsiasi
trattamento suggerito qui. Solo il tuo
medico, il tuo medico personale o il tuo
farmacista possono fornirti consigli su
ciò che è sicuro ed efficace per le tue
esigenze specifiche o per**

**diagnosticare la tua particolare storia
medica.**