

Mageguiden.no

Tips og råd om god magehelse

Grilling er ikke alltid godt for magen

anders · Monday, July 17th, 2017

Har du opplevd halsbrann, vet du at det ikke er behagelig. En sviende følelse brer seg oppover spiserøret fra magen og du kan få en sur smak i munnen. Årsaken til plagen kan være mange. Røyking, overvekt og stress er blant dem, men også hva du spiser og drikker.

Fet, brent eller krydret mat kan gi halsbrann. Om sommeren er vi nordmenn glad i grillmat, gjerne kombinert med et glass alkohol til. Det er fort gjort at maten ligger litt for lenge på grillen og blir brent. Smaken minner om sommer, men hvis du sliter med halsbrann, bør du følge nøyer med mens du griller.

Alkohol er også en årsak til halsbrann og sure oppstøt. Med varmt vær og lange lyse kvelder, er det ekstra hyggelig å tilbringe kveldene ute på terrassen, gjerne med et glass alkohol i hånden. Og spesielt godt er det med alkohol til grillmaten. Sommerkveldene er til for å nytes, men et økt inntak av alkohol kan by på utfordringer når det gjelder halsbrann og sure oppstøt.

Kan enkelt behandles

Dersom du opplever sporadisk halsbrann og sure oppstøt, er det sannsynlig at det forårsakes av hva du spiser og drikker. Spesielt hvis du kjenner deg igjen i overnevnte situasjoner. Novaluzid er et reseptfritt legemiddel som selges på alle apotek, som raskt lindrer ubehaget. Novaluzid er syrenøytraliserende tyggetabletter som binder saltsyre i magen og reduserer dermed surhetsgraden og følelsen av ubehag. Effekten inntreter etter noen minutter.

Novaluzid kan også brukes ved syreoverskudd, magesår og magekatarr. Kan brukes av gravide og ammende i anbefalte doser.

Spør etter Novaluzid neste gang du er på apoteket, så kan sommeren nytes til det fulle uten plager!

This entry was posted on Monday, July 17th, 2017 at 2:13 pm and is filed under [Forebygge](#), [Hard mage](#), [Løs mage](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. Both comments and pings are currently closed.

