

Mide yanmasını önlemek için öneriler

Bazı yiyecekler asit içerir ve mide asidinin artmasına neden olur. Bu nedenle aşağıdaki yiyecek ve içeceklerin tüketimini azaltın:

- Kahve
- Gazlı içecekler, asitli meyve suları
- Yağlı yiyecekler
- Tatlılar, çikolata
- Narenciye
- Acı baharatlar
(Kırmızı biber, biber, curry, sarımsak, hardal)

Ama mide yanmasına sadece yiyecek ve içecekler değil, aşağıdakiler de neden olabilir:

- Sigara içmek
- Stres*
- Hamilelik
- Bazı ilaçlar
- Aşırı kilo

*Stres, sinir sisteminin aşırı uyarılmasına ve böylece midede daha fazla asit üretilmesine neden olur. Sigara içmek de aynı etkiyi yapar - sigara içtikten sonra asit üretimi artar. Hamilelik ve aşırı kilo mide üzerindeki baskıyı artırır ve bu mide asidinin yemek borusuna daha kolay çıkmasına neden olur.

Tavsiyemiz: Mide yanmasında:



Mideniz için huzur. Rahat yaşayın.



HEXAL AG

Industriestraße 25
83607 Holzkirchen
Fax: 08024 908-1290
E-Posta: service@hexal.com

Art.-Nr.: 49014018, Stand: 1/2011

OMEP® HEXAL 20 mg Mide Asidine Dayanıklı Tabletler: Etkin madde: Omeprazol. Kullanım alanı: OMEP® HEXAL, yetişkinlerde reflü şikayetlerinin (örneğin mide eksesimi, mide asidinin yemek borusuna çıkması) kısa süreli tedavisinde kullanılır. Glukoz ve sakaroz içerir. Riskler ve yan etkiler hakkında bilgi almak için prospektüsü okuyunuz ve doktorunuza ya da eczacınıza danışınız! Kayıt-Nr.: 2/51001719. Güncelleme: Eylül 2010. HEXAL AG, 83607 Holzkirchen, www.hexal.de

Mide yanması mı?

OMEP®

HEXAL
20 mg

Mideniz için huzur.
Rahat yaşayın.



www.omep.de

Arzneimittel Ihres Vertrauens



Mide ekşimesi mi?

Bu hissi tanırırsınız: Yemekten sonra kendinizi hala iyi hissediyorsunuz, ama yaklaşık 1 saat sonra midenizden gelen yanmalı bir ağrı hissediyorsunuz. Göğüs kemiğinizin arkasında hissettiğiniz bir yanma hissi ile uykudan uyanıyorsunuz.

Mide yanması neden ortaya çıkar?

Mide yanması yemek borusuna çıkan ve onu tahriş eden mide asidinin fazla üretilmesi sonucudur.

Yemek borusunu mideden ayıran kasın zayıflaması sonucunda görevini tam olarak yerine getirememesi yüzünden mide içeriğinin yemek borusuna geri çıkması rahatsız edici bir durumun ortaya çıkmasına neden olur.

Şimdi sorunla oluştuğu yerde mücadele edebilirsiniz.



- **Asit bloke edici ilaçların en yenisi**
- **Mide yanması şikayetinizi güvenli bir şekilde durdurun**
- **Vücut tarafından iyi tolare edilir**

Mideniz için huzur. Rahat yaşayın.

OMEP®

**HEXAL
20mg**

Hergün sadece bir tablet yeterlidir!

Omeprazol'u aç karnına alın. Tabletleri sıvıda çözerek de alabilirsiniz, ama küçük granüller çiğnenmemeli, çiğnenmeden yutulmalıdır.

OMEP®

**HEXAL
20mg**

Omeprazol'un etkisi kalıcıdır

Tabletleri 7-14 gün boyunca kullanın. Şikayetleriniz aylar boyunca ortadan kalkar ve sonunda mideniz huzur bulur!

Önemli: İki hafta içinde şikayetinizde bir düzelme görülmezse, bir doktora başvurunuz.

Eğer daha başka ilaçlar da almaktaysanız veya mide - bağırsak probleminiz varsa lütfen doktorunuza veya eczacınıza danışınız.