



[Magsäck och matstrupe](#)

Halsbränna orsakas av att magsaft kommer upp till matstrupen från magsäcken. Det kallas för magsaftsreflux. Halsbränna kan kännas obehagligt men är nästan alltid ofarligt. Du kan göra en del själv för att lindra besvären. Det finns också bra läkemedel som du kan använda.

Det är mycket vanligt att få halsbränna och andra symtom på magsaftsreflux då och då. Besvären är ofta lindriga och går över av sig själv. Sjukdomen kallas också gastroesofageal reflux.

Här kan du läsa mer om [magsaftsreflux hos barn](#).

Vid magsaftsreflux är det vanligt att få ett eller flera av följande symtom:

- Du får halsbränna eller bröstbränna.
- Det kommer upp surt innehåll i munnen, så kallade sura uppstötningar.
- Du får ont i övre delen av magen.

Magsaftsreflux känns som en brännande känsla bakom bröstbenet eller upp mot halsen. Det kan också stråla bakåt mot brösttryggen. Därför kan uttrycket bröstbränna bättre beskriva känslan för en del personer.

Du kan också ha magsaftsreflux utan att ha några symtom alls.

Du kan få halsbränna och sura uppstötningar på grund av magsaftsreflux oavsett ålder. [Små barn som har magsaftsreflux](#) kan ha andra symtom än vuxna.

Du kan få ett eller flera av följande symtom om du har mycket magsaftsreflux:

- svårigheter att svälja
- hosta när du ligger ner, till exempel på natten
- slem i luftrören
- symtom som påminner om [astma](#)
- ont i halsgropen
- heshet som inte går över.

Du kan också få skador på tänderna och munnens slemhinna. Sådana skador upptäcks vanligtvis när du blir undersökt av en tandläkare.

Du kan göra en del själv för att lindra eller undvika att få magsaftsreflux.

Höj huvudändan på sängen cirka 15 centimeter. Sov gärna också på vänster sida. Då kommer innehållet i magen inte upp lika lätt.

En del kan få magsaftsreflux av viss mat och dryck. Försök att lägga märke till vad du blir sämre av, och undvik då att äta eller dricka det. Det kan till exempel vara:

- fet mat
- kryddstark mat
- alkohol
- kaffe
- juice.

Undvik också att äta sent på kvällen. Det kan annars göra att du får mer besvär.

Undvik att lyfta tungt och att böja dig framåt. Försök att sitta rakt när du sitter och sitt helst inte framåtböjd långa stunder.

Du kan få mer besvär av en del läkemedel, till exempel följande som används mot värk och feber:

- Läkemedel som innehåller det verksamma ämnet acetylsalicylsyra.
- Läkemedel som kallas för NSAID, till exempel naproxen och ibuprofen.

Prata med din läkare eller fråga på ett apotek om du tror att du har magsaftsreflux på grund av läkemedel.

Läs mer om [vilka smärtstillande läkemedel mot tillfällig värk och feber du kan använda och vilka du ska undvika](#)

Rökning kan ge mer besvär av magsaftsreflux. Det finns [hjälp att få](#) om du röker och vill sluta.

Magsaftsreflux kan bli värre av [övervikt](#). Försök att hålla vikten om du redan har magsaftsreflux. Försök att minska i vikt om du har övervikt.

En del upplever att de blir sämre av stress och oro, särskilt om de även har [känslig mage](#). Även små förändringar kan göra stor skillnad. Här kan du läsa om [vad du kan göra för att motverka stress](#).

De allra flesta som har lindrig magsaftsreflux då och då behöver inte söka vård. Besvären brukar gå över av sig själv med hjälp av receptfria läkemedel.

Kontakta [en vårdcentral](#) om du har ett eller flera av följande besvär:

- Du är äldre än 50 år och har inte haft besvär av halsbränna eller bröstbränna och sura uppstötningar tidigare.

- Du tycker att halsbrännan eller bröstbrännan stör dig i vardagen.
- Du har svårt att svälja eller att maten fastnar när du sväljer, särskilt om besvären är nya.
- Du har halsbränna eller bröstbränna och går ner i vikt.
- Du har fått behandling tidigare eller har behandlat dig själv med receptfria läkemedel, men har inte blivit bättre.

Vänta tills det blir vardag, om det är helg. Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Kontakta en [barnmorskemottagning](#) om du är gravid och har behandlat dig själv med receptfria läkemedel mot magsaftsreflux men inte har blivit bättre.

Kontakta genast [en vårdcentral](#) eller [en jouröppen mottagning](#) om något av följande stämmer in på dig:

- Du har halsbränna eller bröstbränna och får plötsligt svårt att svälja, det känns som att maten fastnar och det gör ont när du försöker äta eller dricka.
- Du har halsbränna eller bröstbränna och svart avföring.
- Du har halsbränna eller bröstbränna och kräks. Kräkningen ser ut som kaffesump eller innehåller blod.

Om det är stängt på vårdcentralen eller den jouröppna mottagningen, sök vård på en akutmottagning.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Magsaftsreflux utreds oftast av en läkare på vårdcentralen. Det kan räcka med att du beskriver dina besvär för läkaren, men hen kan också vilja undersöka din matstrupe och magsäck med [gastroskopi](#). Du får då en [remiss](#) till undersökningen.

Med gastroskopi kan läkaren eller sjuksköterskan se insidan på matstrupen, magsäcken och tolvfingertarmen. Hen kan till exempel se om det har bildats sår i matstrupen och kan då ta vävnadsprover från matstrupen. Vävnadsproverna undersöks sedan i mikroskop.

Det är ganska ovanligt att mäta surhetsgraden i matstrupen och magsäcken, men undersökningen kan behövas om du fortfarande har besvär trots behandling och läkaren är osäker på varför.

Matstrupens och magsäckens pH-värde mäts med en så kallad 24-timmars pH-mätning. pH är ett mått som anger surhetsgraden.

Mätningen av pH-värdet görs genom en tunn slang som förs ner genom näsan till matstrupen och magsäcken. Du får lokalbedövning. Men du kan ändå känna obehag av slangen, även om det gör inte ont.

Slangen är kopplad till en dosa och du har den i ett dygn. Under det dygnet får du markera på dosan när du har besvär. Dessutom registrerar dosan allt och du markerar bara på den när du äter, dricker, sover, rapar eller har andra besvär. Du kan också komplettera med att skriva på papper.

Ofta kan slangen också registrera hur trycket förändras i matstrupen och magsäcken.

Surhetsgraden kan också mätas med hjälp av en liten kapsel som sätts fast med hjälp av ett gastroskop. Kapseln sänder sedan under flera dygn ut en radiosignal, som varierar med surhetsgraden. Med den här tekniken behöver du inte ha en

slang nerförd i matstrupen.

Du får veta vem du ska kontakta för att ta del av svaren efter provtagningarna och undersökningarna. Du får också veta vem du ska kontakta om du blir sämre.

Det finns receptfria läkemedel som lindrar. Vilket du ska ha beror på hur mycket besvär du har. Du kan fråga apotekspersonalen om råd.

Samma receptfria läkemedel finns också att få på recept. Skillnaden är att du inte bör använda receptfria läkemedel längre än cirka två veckor utan att först ha pratat med en läkare. Läkemedlen kostar också mindre om du får dem på recept. Det beror på att en del av dem ingår i [högkostnadsskyddet för läkemedel](#).

[Här kan du läsa om vilka läkemedel som används vid magsaftsreflux.](#)

Om du har stora besvär kan det gå att bli opererad för att må bättre.

Matstrupen går från munnen ner till magsäcken. Mellan matstrupen och magsäcken finns den övre magmunnen.

Matstrupen går från munnen ner till magsäcken genom ett hål i diafragman. Diafragman är en muskel mellan bröstkorgen och buken. I övergången mellan matstrupen och magsäcken finns den övre magmunnen.

Den övre magmunnen gör att maten kan passera ner till magsäcken och hindrar att maginnehållet kommer upp igen. Men den övre magmunnen är inte helt tät. Därför kommer det ibland upp maginnehåll och magsaft till matstrupen.

En del kan få besvär av små mängder magsaftsreflux, andra märker inte av det särskilt mycket. Ungefär var femte person har besvär då och då av magsaftsreflux.

Läs mer om [matsmältningsorganen här](#).

Magsaften består bland annat av saltsyra som är frätande och mycket sur. Slemhinnan i matstrupen skyddas av ett slemskikt. Matstrupen skyddas också av den mindre mängd saliv som följer med varje gång du sväljer.

Slemhinnan kan skadas om magsaft ofta kommer upp i matstrupen. Ibland kan även gallsalter från gallgångarna backa upp ända till matstrupen och ge besvär, men det är ovanligt.

Halsbrännan eller bröstbrännan beror på att det kommer upp magsaft i matstrupen. Det kan i sin tur bero på olika saker.

Den övre magmunnen fungerar sämre om du har så kallat diafragmabråck. Diafragmabråck innebär att muskulaturen i diafragman är försvagad och att hålet där matstrupen passerar blir förstorat. Diafragmabråck är vanligt. Det är ofarligt och behöver inte ge några symtom.

Vid diafragmabråck är det lättare för magsaften att komma upp i matstrupen. Någon gång kan den nedersta delen av matstrupen och även en del av magsäcken pressas upp genom bråcket. Då kan du få mer besvär, till exempel svårt att svälja.

Risken för diafragmabråck ökar ju äldre du blir.

Diafragmabråck kallas också för mellangärdesbråck, hiatusbråck eller glidbråck.

Magsaftsreflux och diafragmabråck kan vara ärftligt.

Risken för magsaftsreflux ökar om du har övervikt. Det beror på att övervikten skapar ett större tryck inuti magen. Övervikt ökar också risken för diafragmabråck.

Magsaftsreflux är ett [vanligt graviditetsbesvär](#). Hormonerna gör att musklerna i magmunnen blir mer avslappnade. Trycket i magen ökar också när fostret växer och tar plats.

Ibland kan magsaftsreflux bero på en annan sjukdom. Du har då ofta också andra symtom, till exempel att du har svårt att svälja. Vanlig behandling mot magsaftsreflux brukar då oftast inte hjälpa.

Kontakta alltid en vårdcentral om du har svårt att svälja.

Du kan använda läkemedel från följande tre grupper om du är gravid:

- antacida
- alginsyra
- protonpumpshämmare.

Prata med en barnmorska på barnmorskemottagningen eller en läkare om vad du ska använda.

Du kan använda antacida och alginsyra om du ammar. Prata med en barnmorska eller en läkare om du behöver mer behandling mot magsaftsreflux när du ammar.

Magsaftsreflux är oftast ofarligt. Men är den kraftig och har pågått länge kan slemhinnan i matstrupen skadas. Det kan leda till olika följsjukdomar i matstrupen.

Matstrupen kan bli inflammerad om du har haft magsaftsreflux ofta och länge, eller om du har mycket reflux under natten. Du kan då behöva få läkemedel. Det finns en viss risk att det annars bildas ärr i matstrupen. Många ärr kan göra att det blir trångt i matstrupen, och du får då svårt att svälja.

Inflammation i matstrupen kallas för esofagit.

Barretts esofagus innebär att det har bildats en typ av slemhinna i matstrupen som vanligtvis inte finns där. Personer som har haft besvär med magsaftsreflux under lång tid har en ökad risk att få Barretts esofagus. Rökning och kraftig övervikt ökar risken för Barretts esofagus.

Det är mycket ovanligt, men Barretts esofagus kan leda till cancer i matstrupen. Barretts esofagus upptäcks med hjälp av [gastroskopi](#). Du får gå på regelbundna undersökningar om du har sjukdomen. Du får också behandling med läkemedel

som minskar produktionen av syra i magsäcken.

Som patient har du enligt [patientlagen](#) möjlighet att påverka din vård.

För att du ska kunna vara delaktig i din vård och behandling är det viktigt att du förstår informationen du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om du inte förstår.

Du har möjlighet att få hjälp av en [tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också möjlighet att få hjälp av en [tolk om du har en hörselnedsättning](#).

Senast uppdaterad:

2023-08-25

Redaktör:

Peter Tuominen, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Lars Agréus, läkare, professor i allmänmedicin med inriktning på sjukdomar i mag- och tarmkanalen, Karolinska institutet och Öregrunds Vårdcentral Praktikertjänst AB

När innehåll från magen stöts upp till matstrupen kan barnet få besvär med halsbränna och kräkningar. Det kallas magsaftsreflux och går oftast över av sig själv.

Magsår innebär att det har bildats sår i magsäckens eller tolvfingertarmens slemhinna. De flesta som har magsår får ont i magen, oftast i mitten av magens översta del. Magsår orsakas oftast av en bakterie, men även vissa läkemedel kan göra att du får magsår. De allra flesta blir bra med behandling.

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).