



[Magsäck och matstrupe](#)

Funktionell dyspepsi är den vanligaste diagnosen för de magbesvär som ofta kallas för magkatarr. Till exempel kan du ha ont, ha en brännande känsla i maggropen eller snabbt bli mätt. Vissa saker kan göra att magbesvären blir värre, som till exempel stress, kaffe och stark mat.

Att ha ont i magen kan också bero på andra saker. Läs mer om [ont i magen hos vuxna](#) och om [ont i magen hos barn](#).

Många säger att de har magkatarr när det gör ont eller svider i övre delen av magen. Besvären beror ofta på funktionell dyspepsi, som är den medicinska diagnosen. Det kallas även för känslig mage.

Katarr antyder att det skulle vara en infektion eller inflammation i magsäcken som orsakar besvären, men det stämmer inte vid funktionell dyspepsi.

Funktionell dyspepsi är ett samlingsnamn för olika långvariga besvär i den övre delen av magen, som beror på att den är känslig.

Många som har funktionell dyspepsi har också [känslig tarm, så kallad IBS](#). Symtom på IBS är bland annat att ha ont någonstans i magen och att bajset är hårt, löst eller att det växlar mellan båda.

Känslig mage kan ge olika besvär hos olika personer. Besvären varar under lång tid, men kan vara olika starka och är ofta mer intensiva i perioder.

Vid funktionell dyspepsi har du ett eller flera av följande symtom:

- Du har ont eller en brännande känsla i mitten av magens översta del, den så kallade maggropen. Det kan också kännas som ett obehagligt hungersug.
- Du blir mätt snabbt när du äter.
- Du känner dig uppblåst eller spänd i den övre delen av magen. Det kan kännas som ett tryck uppåt.

Du kan få mer besvär när du äter, men besvären kan även lindras av mat och dryck.

Du kan göra mycket själv för att lindra besvären, men vad som hjälper skiljer sig åt från person till person.

Det finns [receptfria läkemedel](#) som minskar magsyran och som kan hjälpa om du har ont. De finns att köpa på apotek.

Använd bara sådana läkemedel under kortare perioder på upp till två veckor. Fråga en läkare eller på ett apotek vad som gäller.

Många upplever att de blir bättre om de undviker eller äter och dricker mindre av följande saker:

- fet mat
- rökt eller stekt mat
- starka kryddor
- kaffe
- alkohol.

Alkohol gör magen mer känslig. Det finns [hjälp att få](#) om du vill dricka mindre alkohol.

Vad som ger dig besvär och hur du reagerar kan skilja sig från vad andra får besvär av. Försök lägga märke till om det är något särskilt du blir sämre av, och undvik då att äta eller dricka det under en period.

För många hjälper det att äta små portioner till frukost, lunch och middag, och äta två lite större mellanmål. Ät långsamt i lugn och ro, och tugga maten väl.

Läs mer om att [äta hälsosamt här](#).

Stress och oro kan påverka magen och orsaka magbesvär, eller göra dem värre. Därför kan det vara bra att ändra dina rutiner om du stressar. Även små förändringar kan göra stor skillnad. Här kan du läsa om [vad du kan göra för att motverka stress](#).

Att oroa sig ibland är naturligt, men om du känner stark oro som inte går över kan det vara bra att prata med någon om det. Läs mer [om oro här](#).

Det är bra för magen att inte röka. Det finns [hjälp att få](#) om du röker och vill sluta.

Vissa läkemedel kan göra att du får känslig mage, till exempel följande som används mot värk eller feber:

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

Prata med din läkare eller med personalen på ett apotek om du använder läkemedel och är orolig att de orsakar magbesvär.

Läs mer om [smärtstillande läkemedel mot tillfällig värk och feber](#).

Kontakta [en vårdcentral](#) om du har magbesvär som inte går över på fyra veckor, trots att du har följt råden nedan för vad du kan göra själv. Det gäller särskilt om något av följande stämmer in på dig:

- Du är över 50 år och får besvär från magen som du inte har haft tidigare.
- Du minskar i vikt utan att du förstår varför, eller du får minskad lust att äta.
- Du har svårt att svälja.
- Du kräks.

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

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då får du hjälp att bedöma dina symtom och råd om vad du kan göra själv.

Funktionell dyspepsi innebär att nerverna i magsäcken och i tolvfingertarmen har en ökad känslighet. Nerverna har lättare att reagera och kan till exempel skicka signaler om att det gör ont eller svider.

Det är också vanligt att magsäcken töjer sig långsammare när du äter, och att den tömmer sig långsammare till tolvfingertarmen. Därför kan du uppleva att magsäcken snabbt känns full.

Det är oklart vad som orsakar den rubbade magfunktionen vid funktionell dyspepsi.

Läs mer om [hur nerverna fungerar](#).

Många med funktionell dyspepsi får mer symtom när de är stressade, känner oro eller hamnar i en kris.

Det finns andra sjukdomar som kan ge samma symtom som funktionell dyspepsi:

- [magsår](#)
- [halsbränna](#) eller andra besvär i matstrupen
- [cancer i magsäcken](#)
- vissa hjärtsjukdomar
- sjukdomar i levern, gallan och bukspottkörteln
- [celiaki](#), som också kallas för glutenintolerans
- helicobacter pylori-infektion.

Du får börja med att berätta om dina besvär för läkaren. Din berättelse är viktig för att läkaren ska förstå hur du behöver undersökas. Här är en lista med frågor som du kan få:

- Vilka symtom har du?
- Hur länge har du haft dem?
- Hur ofta kommer de?
- Blir symtomen bättre eller sämre av något, till exempel särskild mat eller dryck?
- Har du använt några läkemedel mot symtomen, och hjälpte de?
- Använder du några andra läkemedel?
- Har du haft svart eller blodblandad avföring eller kräkts blod?
- Är du oroad eller stressad av någon anledning?
- Hur sover du?

- Dricker du alkohol?
- Röker du?

Du kan behöva lämna prover som hjälper läkaren förstå om du har funktionell dyspepsi eller någon annan sjukdom. Det kan till exempel vara ett eller flera av följande prov:

- [blodprov](#)
- [avföringsprov](#)
- utandningsprov.

Du kan behöva bli undersökt på olika sätt i magen. Här är exempel på undersökningar:

- [gastroskopi](#), som görs med en smal, böjlig slang genom munnen
- [ultraljud](#).

Undersökningarna och proverna visar om dina magbesvär beror på en viss sjukdom. Om allt ser bra ut betyder det att besvären orsakas av att du har funktionell dyspepsi.

Det går inte att mäta magens nervsignaler. Läkaren ger dig diagnosen funktionell dyspepsi utifrån de besvär som du har berättat om.

Läkaren berättar för dig vad det innebär att ha funktionell dyspepsi. Du får råd och stöd om du behöver göra förändringar i vad och hur du äter och dricker. Du får också råd om hur du kan lindra magbesvären.

Du kan få samtalsstöd för att få hjälp med att hantera stress eller oro. Här kan du läsa om hur du gör för att [kontakta en psykolog eller psykoterapeut](#).

Symtomen vid funktionell dyspepsi kan ibland lindras av läkemedel som påverkar magsyran, särskilt när det svider eller gör ont i maggropen. Sådana läkemedel ska bara användas i högst två veckor åt gången. Behöver du ta dem längre än så ska du prata med din läkare.

Om proverna visar att du har infektion med bakterien *Helicobacter pylori* så får du behandling med antibiotika och läkemedel som minskar saltsyran i magen. För en del försvinner magbesvären efter behandlingen, men inte för alla.

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver du [förstå informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård](#).

Även [barn ska få vara delaktiga i sin vård](#).

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 till exempel](#)

[har en hörselnedsättning](#).

Du som behöver [hjälpmedel](#) ska få information om vad som finns. Du ska också få veta hur du ska göra för att få ett hjälpmedel.

När du har fått information om vilka alternativ och möjligheter till vård du har kan du ge ditt samtycke eller på något annat sätt uttrycka ett ja. Det gäller även [dig som är under 18 år](#).

Du kan [välja att inte ge ditt samtycke till den vård som du erbjuds](#). Du får också när som helst ta tillbaka ditt samtycke.

SBU, Statens beredning för medicinsk utvärdering, granskar och utvärderar de metoder som används inom sjukvården. Många av SBU:s rapporter kan [hämtas eller beställas via deras webbplats](#). Bland annat finns en rapport med titeln [Dyspepsi och reflux](#).

Senast uppdaterad:

2024-05-17

Redaktör:

Lovisa Dragstedt, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Hans Törnblom, läkare, specialist på sjukdomar i magen och tarmarna, Sahlgrenska universitetssjukhuset, Göteborg

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.

Det är mycket vanligt att barn har ont i magen. Barn kan ha ont i magen av många olika orsaker, men oftast är det inte något allvarligt. Vanligtvis går magont över av sig själv, men ibland kan barnet behöva undersökas och behandlas.

IBS innebär att det är en störning i hur tarmen arbetar och dess känsl. Vid IBS har du ont i magen och diarré eller förstoppning. Symtomen kan ibland vara väldigt besvärliga, men ofta går det att minska dem genom att undvika viss mat eller genom att använda receptfria läkemedel.

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](#).