

# CONSEJOS PARA LAS PERSONAS CON ÚLCERA PÉPTICA - ULCUS GASTRODUODENAL

---

## ¿Qué es la úlcera péptica?:

La úlcera duodenal es una enfermedad caracterizada por la presencia de una o varias lesiones en el duodeno (primera porción del intestino delgado). Afecta aproximadamente a 1 de cada 10 personas en algún momento de su vida. Suele aparecer entre los 30-50 años siendo más frecuente en hombres.

- Los síntomas más comunes son:
- Dolor punzante o ardiente en la zona del ombligo.
- Ardor de estómago.
- Náuseas y/o vómitos.
- Sensación de plenitud abdominal.

## Causas:

- Factores hereditarios.
- Aumento de la secreción de ácido en el estómago.
- Infección por **Helicobacter pylori**.
- La acción de sustancias tóxicas para la mucosa duodenal: alcohol, tabaco y determinados medicamentos

## ¿Qué es el Helicobacter pylori?:

El Helicobacter pylori es una bacteria que está presente en la mayoría de los casos de úlcera gastro-duodenal (un 95% aproximadamente). Se adhiere a la pared del estómago o el duodeno dañándola y reduciendo su capacidad de resistencia a los ácidos gástricos.

## ¿Qué es el tratamiento erradicador?:

En la actualidad, la úlcera, se trata como cualquier otro proceso infeccioso, porque sabemos que eliminando la bacteria con un tratamiento antibiótico, eliminamos la infección y con ello la úlcera. El tratamiento erradicador se compone habitualmente de antibióticos asociados a algún medicamento antisecretor.

## ¿Qué puede hacer para curar su úlcera?:

Siga exactamente las indicaciones de su médico si le ha prescrito un tratamiento erradicador. Las pautas indicadas por su médico son muy importantes. No olvide completar todas las tomas y todos los días de tratamiento. El cumplimiento correcto es fundamental para evitar recaídas. Termine el tratamiento tal y como su médico se lo ha indicado aunque ya no tenga molestias al poco tiempo de empezar a tomar su medicación.

Los alimentos que debe evitar son:

- Sólidos: especias y picantes, cebolla, pimientos, tomate y chocolate.
- Líquidos: bebidas gaseosas, alcohol, café, zumos de naranja y limón.