

Rückflussbedingte Speiseröhrenentzündung (Refluxösophagitis)

Ungünstige Faktoren

Rauchen

Alkohol

Schokolade

Pfefferminz

Tomatensaft

Saft aus Citrusfrüchten

Horizontale Lage nach den Mahlzeiten

Spätmahlzeit

Günstige Faktoren

Eiweißreiche Mahlzeiten (Fisch, Fleisch)

Koffein in Maßen (bis 3 Tass. Kaffee am Tag)

Gewichtsreduktion bei Adipositas

Mehrere kleine Mahlzeiten am Tag