

# Falses creences

L'àcid de l'estómac sempre fa mal i cal eliminar-lo

**NO**

L'àcid de l'estómac és necessari. Només cal reduir-lo en certs pacients

**SÍ**

Puc suspendre el tractament quan em vingui de gust

**NO**

Retirar-los de cop em pot provocar l'efecte contrari i incrementar la meva secreció d'àcid

**SÍ**

Un cop me'l rezepten no el puc deixar de prendre mai

**NO**

No són de per vida i ens hem de preguntar per què els prenem

**SÍ**



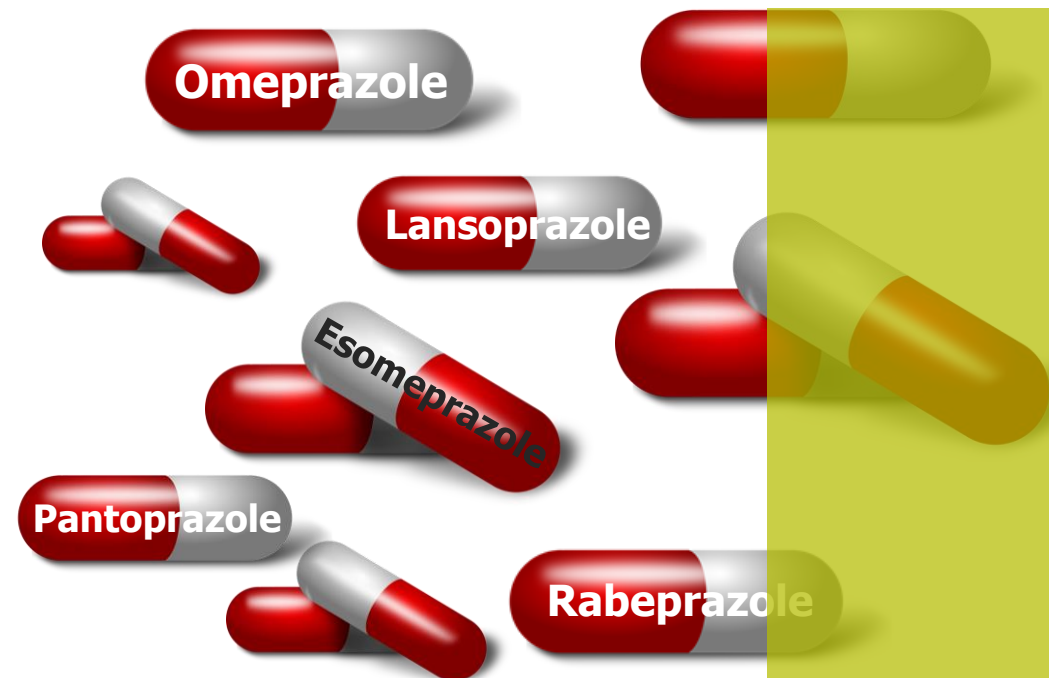
Corporació de Salut  
del Maresme i la Selva



Institut Català  
de la Salut

## Faig un bon ús dels protectors d'estómac?

Ho preguntaré a la propera visita!



## QUÈ SÓN?

No són protectors, són medicaments que disminueixen l'àcid de l'estómac.

Aquest àcid s'ha de reduir en molt pocs casos.

Ets un d'ells?

## QUINS HI HA?

Omeprazole

Lansoprazole

Pantoprazole

Esomeprazole

Rabeprazole

## Aquests medicaments també poden provocar efectes negatius

Reduir l'àcid de l'estómac pot portar problemes d'absorció de vitamines, calci, magnesi i amb el temps pot provocar anèmia, fractures òssies o més risc d'infeccions.

## Em puc prendre un protector si tinc acidesa d'estómac?

NO t'automediquis, consulta-ho, hi ha millors opcions.






## SEMPRE?

Quant temps fa que prens el protector?

**NO** ha de ser de per vida, revisa amb el metge, la infermera o el teu farmacèutic de referència si encara els necessites

**PRENDRE MOLTS FÀRMACS NO VOL DIR QUE NECESSITIS UN PROTECTOR**

## CONSELLS PER EVITAR L'ACIDESA ESTOMACAL

- Disminuir el consum d'alcohol 
- Evitar el tabac 
- Evitar àpats pesats 
- No estirar-se just després de menjar 
- Fer 4-5 àpats al dia 
- Reduir el pes