

Úlceras pépticas

(Peptic Ulcers)

Una úlcera péptica es una lesión en la pared interior del estómago o duodeno, la porción superior del intestino delgado. Más específicamente, las úlceras que aparecen en el estómago se llaman úlceras gástricas y las que aparecen en el duodeno se llaman úlceras duodenales. Ambas parecen ser ocasionadas por un exceso de ácido péptico, una secreción que normalmente ayuda a la digestión, pero probablemente otros factores también están involucrados.

El síntoma principal de una úlcera es un dolor abdominal central, el cual empieza usualmente una o dos horas después de comer o en medio de la noche. Algunas veces las úlceras pueden causar náusea o vómito. Ya que las úlceras a menudo sangran internamente, puede aparecer sangre en la deposición o en el vómito. Si este es el caso, la deposición parecerá negra y como alquitrán y el vómito tendrá manchas de sangre parecidas al café molido. Los síntomas de la úlcera a menudo persistirán por días o semanas y muchas úlceras aparecerán y desaparecerán por años. Sin tratamiento, una úlcera puede causar problemas más significativos, tales como un agujero en el revestimiento del estómago o una obstrucción. Es posible morir desangrado a causa de una úlcera.

Los hábitos que pueden llegar a producir una úlcera incluyen el cigarrillo, beber alcohol en exceso o tomar aspirina u otros medicamentos antiinflamatorios. Tales medicamentos antiinflamatorios incluyen el ibuprofén, así como por ejemplo medicamentos para la artritis y el dolor de espalda. Se cree que algunas úlceras son causadas por una bacteria llamada *Helicobacter pylori*, la cual puede vivir dentro del estómago por años. En efecto, cerca del 95 por ciento de los pacientes con úlceras duodenales resultan positivos para la *Helicobacter pylori*. Curando la infección se ayuda a sanar la úlcera y se previene su reaparición. Ya no se piensa que la tensión sea una causa directa de las úlceras, aunque se cree que contribuye a la indigestión común.

Si cree que tiene una úlcera, debe llamar a su proveedor de salud para hacer una cita de evaluación. Entre tanto, éstas son cinco sugerencias que pueden ayudarle con su afección:

1. Si fuma, deje de fumar.
2. Piense en tomar acetaminofén en vez de aspirina, ibuprofén u otro medicamento para el dolor.
3. Evite los alimentos que parezcan causar los síntomas.
4. Elimine el alcohol, la cafeína y las comidas picantes si le empeoran los síntomas.
5. Considere tomar antiácidos líquidos en dosis recomendadas por su proveedor de salud. Estos pueden incluir Maalox, Mylanta o Gelusil. Si está en una dieta baja en sal, asegúrese de hablar con su farmacéuta antes de escoger un antiácido. Algunos antiácidos tienen un contenido alto en sodio.

Llame a su proveedor de salud inmediatamente si el dolor se centra en un área del abdomen o si experimenta sensación de ahogo al respirar, vómito o fiebre o si su deposición parece de un color rojo oscuro, negra o como alquitrán. Debe también llamar si los síntomas persisten después de dos semanas de tratamiento casero; tal vez su proveedor de salud quiera hacerle una prueba para detectar la presencia de la *Helicobacter pylori* o para otras afecciones.

* * * * *

Para mayor información acerca de la salud ...

- Consulte su copia de *La salud en casa: Guía práctica de Healthwise y Kaiser Permanente*.
- Escuche el Teléfono de la salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.
- Visite nuestro sitio Web en *members.kp.org*
- Contacte el Departamento de Educación para la Salud de su centro para obtener libros, videos, averiguar de clases y de recursos adicionales.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado médico que usted recibe de su doctor o de otro profesional médico. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor.

Si tiene preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta.

Kaiser Permanente no recomienda ninguna marca de fábrica; cualquier producto similar puede ser usado.