

INFORMATIE OVER KLACHTEN BIJ BOEREN

Inleiding

Ieder mens boert ongeveer 25 tot 30 keer per dag. Meestal gebeurt dit nadat je iets gegeten hebt of een drank met koolzuur hebt gedronken. De maag wordt geprikkeld door opstapeling van lucht. Hierdoor ontspant de sluitspier tussen de maag en de slokdarm. De lucht in de maag kan dan ontsnappen via de slokdarm en de mond. Boeren doet ieder mens en is heel normaal. Maar er kunnen ook klachten rondom ontstaan. In deze folder leest u daar meer over.

Supragastrisch boeren

Supragastrisch boeren houdt in dat je lucht in je slokdarm zuigt of drukt. Deze lucht komt er daarna weer onmiddellijk uit. Dat zorgt voor een typisch hoorbare 'boer'.

Deze lucht bereikt de maag dus niet. Letterlijk betekent supragastrisch boeren, 'bovenmaags' boeren. Supragastrisch boeren kan wel 20 keer per minuut voorkomen. Het is vaak niet gerelateerd aan eten of drinken.

Kenmerken zijn:

- Overmatig boeren, ook buiten het eten of drinken om;
- Maagzuur kan omhoogkomen (reflux).

Aerofagie

Aerofagie is heel vaak en grote hoeveelheden lucht inslikken. Deze lucht bereikt de maag. Hierdoor zitten grote hoeveelheden lucht zich in de darmen. De eerste symptomen zijn een opgeblazen gevoel en opgezette buik.

Kenmerken zijn:

- Overmatig boeren;
- Buikpijn/kramp;
- Opgeblazen gevoel;
- Braken;
- Winderigheid;
- Snel een vol gevoel;
- Misselijkheid;
- Maagzuur kan omhoogkomen (reflux).

Verwijzing

Patiënten worden door de huisarts vaak doorgestuurd naar de maag-, darm- en lever (MDL)-arts. Deze specialist doet verder onderzoek, zoals maagonderzoek om afwijkingen van de slokdarm en de maag uit te sluiten. Ook kan er een impedantiemeting worden gedaan. Hierbij wordt gekeken naar de zuurgraad en de druk in de slokdarm.

Deze onderzoeken vinden meestal niet de oorzaak van het overmatig boeren. Ook wordt er maar heel soms een organische afwijking gevonden. De MDL-arts kan een patiënt daarom doorsturen naar een logopedist. Voor logopedie is een verwijzing nodig van een specialist of de huisarts.

Herstel

Behandeling van patiënten met supragastrisch boeren en aerofagie bestaat uit logopedische therapie. Vermindering van klachten is mogelijk door logopedische behandeling.

Behandeling

De logopedist kijkt samen met u hoe het boeren verminderd kan worden. De logopedische behandeling bestaat allereerst uit uitleg over supragastrisch boeren of aerofagie en bewustwording van het gedrag. Samen met u wordt gekeken naar wat u doet bij het boeren. Ook worden er verschillende soorten oefeningen gedaan gericht op een normaal vloeiende ontspannen ademhaling. De logopedist kijkt samen met u hoe u dit toe kan passen in uw dagelijks leven.

Vragen?

Het kan zijn dat u na het lezen van deze folder nog vragen heeft. U kunt deze gerust stellen aan uw behandelend arts, huisarts of logopedist: Maandag t/m vrijdag tussen 8.00 uur en 16.30 uur via:

- Franciscus Gasthuis:
Afdeling Logopedie, via logopedie.gasthuis@franciscus.nl of telefoonnummer 010 – 461 6028.

- Franciscus Vlietland:
Afdeling Logopedie, via logopedie.vlietland@franciscus.nl of
telefoonnummer 010 – 893 1011.

Oktober 2021