

Vatsa tarvitsee happoja

Sadat tuhannet suomalaiset kärsivät epämääräisistä vatsavaivoista päivittäin. Usein vaivoja hoidetaan erilaisilla haponestolääkkeillä, vaikka todellisuudessa vaivojen perimmäinen syy voi olla täysin päinvastainen eli hapoton vatsa. Vatsa tarvitsee happoja, jotta ruoansulatus toimisi ja tärkeät ravintoaineet imeytyisivät. Vähähappoisen mahan suojaaminen on tärkeää myös syöpärisikin pienentämiseksi.

Vatsahapot toimivat ruoansulatuskanavan ensimmäisenä puolustusmekanismina haitallisia mikrobeja vastaan. Lisäksi mahan happamuus takaa tärkeiden ravintoaineiden, kuten kalsiumin, raudan ja B12-vitamiinin tehokkaan ja riittävän imeytymisen. Sitä vastoin hapottomassa mahassa bakteerit ja hiivat pystyvät kasvamaan ja lisääntymään, jolloin ne altistavat ihmisen tulehduksille. Kun mahan happamuus vähenee, mikrobit pystyvät myös helposti tuottamaan mahassa syöpää aiheuttavaa asetaldehydiä.

Asetaldehydiä muodostuu hapottomassa mahassa aina, kun nautitaan hiilihydraattipitoisia ruokia ja juomia tai juodaan alkoholia. Asetaldehydi on määritelty syövän aiheuttajana samaan vaarallisuusluokkaan kuin asbesti ja tupakka.

”Hapottomasta mahasta kärsivien ohella selvän riskiryhmän muodostavat myös ne ihmiset, joilla on helikobakteeri-infektio, koska helikobakteerit ovat tehokkaita asetaldehydinin tuottajia. Riskiryhmään kuulumisen voidaan todeta vaikkapa verikokeella”, asetaldehydintutkija ja Helsingin yliopiston professori **Mikko Salaspuro** sanoo.

Hapoton maha voi aiheuttaa samantyyppisiä oireita kuin liikkahappoisuus eli närästystä ja erilaisia ruoansulatusvaivoja. Hapoton vatsa voi myös olla täysin oireeton.

Hapottomuus voidaan todeta helposti Gastro-Panel-verikokeella. Kun maha on todettu hapot-

tomaksi, sitä voidaan suojata Acetium-valmisteella. Suomessa kehitetty Acetium-valmiste sisältää aminohappoa, joka sitoo asetaldehydiä mahassa. Acetium-kapseleita otetaan yksi tai kaksi aina syömisen ja alkoholin nauttimisen yhteydessä.

”Kahvista voi taas nauttia”

Eläkepäiviään viettävä Anton kärsi vuosia vatsakivuista, ruokatorven kirvelystä, polttelusta ja närästyksestä. Apu löytyi asetaldehydiä sitovasta Acetiumista.

”Aikaisemmin syöminen ja juominen aiheuttivat vatsan kipuilua, mutta nyt Acetiumin myötä kivut ovat kadonneet. Vuosien 1975–1982 välisenä aikana myöskään kahvin juonti ei ollut lainkaan mahdollista, koska vatsa ärsyyntyi pahoin, ja jouduin siksi lopettamaan kahvin juonnin kokonaan.” Tutkimukset osoittivat Antonin mahan hapottomuuden, ja nykyisin hän suojaa mahaansa omatoimisesti Acetium-valmisteen avulla. ”Acetiumin ansiosta kahvistakin voi taas nykyään nauttia”, Anton sanoo.

Hapoton maha

- on seurausta limakalvon vauriosta tai säännöllisestä haponestolääkkeiden käytöstä
- voi aiheuttaa närästystä ja ruoansulatusvaivoja
- on useimmiten täysin oireeton tai siihen liittyy vain lieviä oireita
- häiritsee hivenaineiden ja vitamiinien imeytymistä
- altistaa syöpää aiheuttavalle asetaldehydille.

Monet kärsivät epämääräisistä vatsavaivoista, jotka voivat johtua hapottomasta mahasta. Hapottoman mahan suojaaminen asetaldehydiltä on tärkeää.

