

По данным учёных, гастрит встречается у каждого второго жителя планеты земля. Хотя и болезнь обыденная, но запускать её нельзя. Когда всё начинается с изжоги, то лучше изначально обратиться к врачу, чтобы исключить неприятные последствия.

Гастрит - это прежде всего результат неправильного питания. Продукты, содержащие ароматизаторы, вкусовые добавки, красители, нитраты - все эти вещи хоть и выглядят чертовски привлекательными, однако "на выходе" человек получает порой необратимые проблемы со здоровьем. [Лечение гастрита](#) - не такое уж простое дело, следует выдерживать диету, тщательно пережевывать пищу, отказываться от слишком холодных либо горячих напитков и часто питаться, хоть и небольшими порциями. Ну, и конечно же, препараты, которые пропишет Ваш лечащий врач. Их так же стоит принимать по рецепту.