



## **Gastro-Sprechstunde**

### **Verstopfung – Darm in Not**

**Experten-Hotline am 1. September und  
6. Oktober**

#### **Gastro-Liga e.V.**

Deutsche Gesellschaft  
zur Bekämpfung der Krankheiten  
von Magen, Darm und Leber  
sowie von Störungen des Stoff-  
wechsels und der Ernährung e.V.

Friedrich-List-Str. 13  
D-35398 Gießen

Phone +49-641-97481-0  
FAX +49-641-97481-18  
geschaeftsstelle@gastro-liga.de  
www.gastro-liga.de

In Deutschland leiden bis zu 30% der Bevölkerung dauerhaft an Verstopfung (Obstipation). Frauen sind häufiger betroffen als Männer. Häufig sind falsche Ernährung, zu geringe Flüssigkeitsaufnahme oder Bewegungsmangel die Ursache. Aber auch Stress und bestimmte Medikamente können den Stuhlgang bremsen. Obwohl die Ursachen meist harmloser Natur sind, kann auch eine ernsthafte organische Erkrankung wie ein Darmtumor oder eine Schilddrüsenunterfunktion dahinter stecken.

Die Stuhlfrequenz variiert von Mensch zu Mensch, eine Stuhlfrequenz zwischen dreimal täglich und dreimal wöchentlich ist normal. Bei einem Stuhlgang von weniger als dreimal pro Woche spricht man von einer Verstopfung. Meist ist der Stuhl hart und die Entleerung mit erheblichen Beschwerden verbunden. Hält die Verstopfung über längere Zeit an oder wird sie von starken Schmerzen beim Stuhlgang, Bauchschmerzen oder Blut im Stuhl begleitet oder tritt sie gar im Wechsel mit Durchfall auf, ist es ratsam, den Arzt aufzusuchen.

Wie kann man einer Verstopfung vorbeugen? Wann ist eine Verstopfung chronisch? Helfen Abführmittel und wie lange sollte man sie nehmen?

Fragen zur Verstopfung und rund um die Verdauung, die Verdauungsorgane und deren Krankheiten beantworten die Experten der GASTRO-Sprechstunde am Mittwoch, den 1. September und 6. Oktober 2010. Die Spezialisten für Verdauungskrankheiten sind dann von 18.00 bis 20.00 Uhr unter der Telefon-Nummer 0641-97481-20 zu erreichen.

Weitere Informationen, Patientenratgeber und Veranstaltungshinweise zu Magen-Darm-Erkrankungen sind auf [www.gastro-liga.de](http://www.gastro-liga.de) zu finden. \*\*\*