



**LESE-  
PROBE**

*Ratgeber*

# *Chronische Obstipation (Verstopfung)*

*Prof. Dr. Stefan Müller-Lissner*



Dieser Patientenratgeber richtet sich an Interessierte und hat zum Ziel, Sie übersichtlich und verständlich über die wichtigsten Fragen zum Thema chronische Verstopfung (Obstipation) zu informieren. Ein Glossar, das die wichtigsten medizinischen Begriffe erklärt, finden Sie am Ende des Ratgebers. Der Ratgeber ersetzt nicht das persönliche Gespräch mit dem Arzt<sup>1</sup>, an den Sie sich bei gesundheitlichen Fragen, Zweifeln und Sorgen wenden sollten, und dem die individuelle Diagnostik und Therapie in Absprache mit Ihnen vorbehalten ist.

## ***Einleitung***

In Deutschland leiden ca. 3 % der Bevölkerung im jungen, 8 % im mittleren und 20 % im höheren Alter an Verstopfung (Obstipation). Frauen sind etwa doppelt so häufig betroffen wie Männer, im hohen Lebensalter gleichen sich die Zahlen jedoch an. Zwar beeinträchtigt die chronische Verstopfung nicht die Lebenserwartung, sie verschlechtert jedoch die Lebensqualität in nennenswertem Ausmaß und verdient es daher, ernst genommen und behandelt zu werden.

## ***Wie definiert der Arzt Verstopfung (Obstipation)?***

Von chronischer Verstopfung spricht man, wenn über mindestens zwölf Wochen der letzten sechs Monate regelmäßig oder wiederholt mindestens zwei der aufgeführten Symptome auftreten (Rom-III-Kriterien):

1) Aus Vereinfachungsgründen wurde unabhängig vom Geschlecht nur die männliche Formulierungsform gewählt. Die Angaben beziehen sich auf Angehörige jedweden Geschlechts.

1. Starkes Pressen beim Stuhlgang
2. Klumpiger, harter Stuhlgang
3. Gefühl der unvollständigen Entleerung
4. Gefühl, dass die Stuhlpassage blockiert ist
5. Manuelle Hilfe zur Erleichterung der Entleerung
6. Weniger als drei Entleerungen pro Woche

Zudem dürfen kein weicher, ungeformter Stuhl (außer mit Abführmitteln) und kein Reizdarmsyndrom (nervöser Darm, siehe auch Glossar) vorliegen.

Die Ursachen der Obstipation sind nur teilweise bekannt. Eine neu auftretende Verstopfung sollte ärztlich abgeklärt werden. Ein Darmverschluss, etwa durch einen Tumor, macht sich jedoch meist nicht als chronische Obstipation bemerkbar, sondern führt eher zu einer plötzlich einsetzenden Verstopfung und ist darüber hinaus mit anderen Krankheitszeichen wie krampfartigen Bauchschmerzen und einem aufgetriebenen Bauch verbunden.

## ***Was sind die häufigsten Ursachen einer chronischen Verstopfung?***

### **Organische Erkrankungen**

- Instabilität des Beckenbodens:  
abnorme Beckenbodensenkung
- Schlechte Aufhängung der Beckenorgane:  
Rektozele, innerer und äußerer Rektumprolaps
- Funktionsstörungen der Muskeln im Beckenboden (z. B. unregelmäßige Kontraktion des Schließmuskels am Darmausgang)
- Störung der inneren Drüsen (selten): Schilddrüsenunterfunktion, Erkrankungen der Nebenniere

Ende der Leseprobe für diesen Ratgeber. Weiterlesen nur als Mitglied möglich.

## **Mitglied werden bringt was!**

- Zugriff auf alle Inhalte von [www.gastro-Liga.de](http://www.gastro-Liga.de)
- Mitgliedertelefon für Fragen zu Verdauungskrankheiten – jede Woche

u.v.m

Ihnen hat die Leseprobe gefallen?

## **Jetzt Mitglied werden!**