



Gastro-Liga e. V.

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

Friedrich-List-Str. 13
D-35398 Gießen

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

Gesundheitstelefon mit Experten: Magenschleimhautentzündung – wenn der Magen rebelliert

Das Gesundheitstelefon mit Experten der Gastro-Liga e. V. zum Thema „Magenschleimhautentzündung“ ist am Mittwoch, 1. Oktober 2025, von 18 bis 20 Uhr erreichbar.

Gießen, 9. September 2025 – **Magenschleimhautentzündungen (Gastritiden) sind in Deutschland häufig. Schätzungen zufolge bekommen 20 von 100 Personen im Laufe ihres Lebens eine akute Gastritis. Die meisten Frauen erkranken im Alter zwischen 45 und 64 Jahren, Männer meist nach dem 65. Lebensjahr. Insgesamt steigt das Risiko mit zunehmendem Alter deutlich an. Unbehandelt können Gastritiden ernste Folgen haben: Magengeschwüre, chronische Schleimhautveränderungen oder im schlimmsten Fall Magenkrebs. Eine frühzeitige Diagnose ist entscheidend, um gezielt behandeln und langfristige Schäden vermeiden zu können.**

Gastritis – typische Symptome und langfristige Risiken

Eine akute Gastritis beginnt meist mit einem Brennen oder Druckgefühl in der Magengegend. Häufig treten zusätzlich saures Aufstoßen, ein aufgeblähter Bauch, Magen- oder Rückenschmerzen sowie Übelkeit und Erbrechen auf. Betroffene bemerken diese Symptome oft plötzlich und in ausgeprägter Form. Zahlreiche Faktoren können eine akute Gastritis hervorrufen. Eine häufige Ursache ist neben Stress auch der Konsum von Substanzen, die die Magenschleimhaut reizen, wie Kaffee, scharfes Essen, Nikotin oder Alkohol. Bei einer chronischen Gastritis hingegen haben viele Patientinnen und Patienten über lange Zeit gar keine Symptome oder haben nur leichte Beschwerden nach den Mahlzeiten, wie Aufstoßen oder Völlegefühl, sodass die Erkrankung häufig unentdeckt bleibt. Langfristig kann eine chronische Gastritis unter anderem zu Vitamin-B12-Mangelzuständen führen, da die geschädigte Magenschleimhaut die Aufnahme des Vitamins beeinträchtigt.

Chronische Gastritis – ABC-Klassifikation

„Eine akute Gastritis kann – vor allem wenn sie nicht erkannt oder falsch behandelt wird – in eine chronische Verlaufsform übergehen. Dabei unterscheiden wir in der Medizin drei Hauptformen der chronischen Gastritis: die Typ-A-Gastritis, eine Autoimmunerkrankung, bei der der Körper die eigenen

Magenschleimhautzellen angreift; die Typ-B-Gastritis, die durch eine Infektion mit dem Bakterium *Helicobacter pylori* verursacht wird; und die Typ-C-Gastritis, die auf chemisch-toxische Reize wie Medikamente – beispielsweise Schmerzmittel –, Alkohol oder auch Gallenrückfluss zurückgeht“, erklärt Prof. Dr. Tilo Andus, Leitender Arzt an der Klinik für Gastroenterologie, gastrointestinale Onkologie, Hepatologie und Infektiologie am Klinikum Stuttgart, und er betont: „Eine exakte Diagnostik ist entscheidend, da die Ursachen und Risiken der drei Formen unterschiedlich sind – und damit auch die Behandlung. Nur so lässt sich eine zielgerichtete Therapie einleiten, um möglichen Langzeitfolgen wie Magengeschwüren, Schleimhautveränderungen oder sogar Magenkrebs frühzeitig vorzubeugen.“

Gastritis – Experten sichern die Diagnose

Halten Magenbeschwerden länger als 14 Tage an, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Um eine Gastritis festzustellen, fragt der Arzt zunächst nach Ernährung, Lebensgewohnheiten, Vorerkrankungen und Medikamenteneinnahme. Eine Ultraschalluntersuchung des Oberbauchs kann zusätzlich helfen, andere Ursachen wie Gallensteine auszuschließen. Die sicherste Methode ist die Magenspiegelung (Gastroskopie): Ein dünner, flexibler Schlauch mit Kamera wird durch die Speiseröhre in den Magen eingeführt. So kann der Facharzt das Mageninnere direkt betrachten und bei Bedarf kleine Gewebeproben für Laboruntersuchungen entnehmen. Eine Infektion mit *Helicobacter pylori* lässt sich in der Gewebeprobe, per Stuhltest oder Atemtest nachweisen. Bei Verdacht auf eine Typ-A-Gastritis kann eine Blutuntersuchung helfen, typische Antikörper zu erkennen.

Gastritis – Magen schonen, Säureblocker und Stress beachten

Eine akute Gastritis heilt meist schnell, wenn der Magen geschont wird. Belastende Faktoren wie fettes, scharfes oder zu süßes Essen, Alkohol, Kaffee und Stress sollten reduziert werden. Bei Bedarf können Säureblocker (PPI) kurzfristig eingesetzt werden, längere Selbstmedikation sollte jedoch nur nach ärztlicher Rücksprache erfolgen. Milde Hausmittel wie Kamillen-Tee können den Magen zusätzlich beruhigen. Bei der Typ-A-Gastritis produziert der Magen oft zu wenig Säure. Zitronenwasser zum Essen kann die Verdauung unterstützen, und ein Vitamin-B12-Mangel sollte bei Bedarf ausgeglichen werden. Ruhephasen und entspannende Rituale helfen, Beschwerden durch Stress zu vermeiden.

Die Experten der Gastro-Liga e.V. beantworten im Rahmen der Aktion „Gesundheitstelefon“ jedem Interessierten und Betroffenen alle Fragen zum Thema „Magenschleimhautentzündung“. Am Mittwoch, 1. Oktober 2025, ist das Gesundheitstelefon von 18 bis 20 Uhr unter der Telefonnummer 0641 97481-20 zu erreichen.

Die Gastro-Liga weist darauf hin, dass die Beratungsgespräche am Telefon keinen persönlichen Arztbesuch und keine individuelle Diagnose ersetzen.

Gastro-Liga

Die Gastro-Liga – Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheiten von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels und der Ernährung e. V. – kämpft gegen Erkrankungen der Verdauungsorgane. Anerkannte Mediziner unterstützen die Arbeit der Gastro-Liga und informieren über Vorbeugung, Erkennung und Behandlung von Verdauungskrankheiten. Die meisten führenden Mediziner und Wissenschaftler in Deutschland, die auf dem Gebiet der Verdauungskrankheiten arbeiten, gehören dem Wissenschaftlichen Beirat der Liga an. Sie hat das Ziel, die Behandlung und Prävention von Erkrankungen des Verdauungstraktes, Störungen des Stoffwechsels und ernährungsbedingter Krankheiten zu verbessern. Auf der Website werden umfangreiche Informationen angeboten: www.gastro-liga.de

Kontakt:

Gastro-Liga e. V.

Deutsche Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheiten von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels 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