



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

Gallenblasenbeschwerden: Was tun bei Gallensteinen?

Das Patiententelefon mit Experten der Gastro-Liga e. V. zum Thema „Gallensteine und Gallenblasenbeschwerden“ ist am Mittwoch, dem 1. April 2020, von 18 bis 20 Uhr erreichbar.

Der westliche Lebensstil fördert die Bildung von Gallensteinen – jeder Zehnte in Deutschland hat sie. Die meisten Menschen bemerken die Steine gar nicht. Bei einigen Gallensteinträgern können jedoch krampfartige Schmerzen im Oberbauch auftreten, die auch in den Rücken oder die Schulter ausstrahlen können. Jetzt muss der Arzt einschreiten.

Gallenflüssigkeit – wofür ist sie gut?

Die Gallengänge stellen eine wichtige Verbindung zwischen Leber und Darm her. Die in der Leber produzierte Gallenflüssigkeit wird auf diesem Weg in den oberen Teil des Dünndarms (Zwölffingerdarm) transportiert. Die enthaltenen Gallensäuren ermöglichen die Aufnahmen von fettlöslichen Vitaminen und Nahrungsfetten. Die zweite Aufgabe der Gallenflüssigkeit besteht darin, Abbauprodukte und Gifte aus der Leber in den Darm zu transportieren. Dadurch können diese aus dem Körper entfernt werden. Die Gallenblase dient als Zwischenspeicher für die Gallenflüssigkeit.

Gallensteine – warum entstehen sie?

Die Gallenflüssigkeit besteht aus verschiedenen Bestandteilen. Manche dieser Stoffe, zum Beispiel das Cholesterin, können verklumpen und mit der Zeit kleine Steine bilden. In den allermeisten Fällen entstehen diese Steine in der Gallenblase, seltener in den Gallengängen.

„Beschwerden treten meist erst auf, wenn sich die Gallensteine am Ausgang der Gallenblase oder in den Gallengängen verklemmen“, sagt PD Dr. Christoph Dietrich, Gastroenterologe am Bethlehem-Krankenhaus in Stolberg. „In den meisten Fällen äußern diese sich dann – typischerweise nach dem Essen – durch starke Bauchkrämpfe im rechten Oberbauch, die mitunter länger als 15 Minuten andauern. Bleiben die Schmerzen über Stunden sehr stark, kann es sich auch um eine Entzündung der Gallenblase, der Gallengänge oder auch der Bauchspeicheldrüse handeln. Hier sollte der Patient einen Arzt bzw. die Notaufnahme des nächstgelegenen Krankenhauses aufsuchen.“

Gallensteine – wie vorbeugen?

Jeder zehnte Mensch in Deutschland hat Gallenblasensteine. Frauen sind häufiger betroffen als Männer. Westlicher Lebensstil und Übergewicht fördern die Bildung von Gallensteinen. Wie kann man der Bildung von Gallensteinen vorbeugen? PD Dr. Dietrich rät: „Wer die Bildung von Gallensteinen verhindern möchte, sollte sich im Alltag ausreichend bewegen, sich gesund und ausgewogen mit genügend Obst und Gemüse ernähren und ein gesundes Körpergewicht halten. Obwohl Übergewicht der eigentliche Risikofaktor ist, kommt es vor allem bei sehr schneller Gewichtsabnahme (z. B. bei Fastenkuren) zu einer verstärkten Steinbildung. Dieser kann mit Medikamenten entgegengewirkt werden.“

Haben Sie Fragen zum Thema „Gallensteine und Gallenblasenbeschwerden“? Dann rufen Sie an. Die Experten der Gastro-Liga e. V. geben Ihnen gerne Antwort. Am Mittwoch, dem 1. April 2020, ist das Patiententelefon von 18 bis 20 Uhr unter der Telefonnummer 0641 – 9 74 81 20 zu erreichen.

Unter www.gastro-liga.de steht Ihnen im Bereich „Unser Service“ zudem der Ratgeber "Gallensteine" zum kostenlosen Download zur Verfügung.

Das Patiententelefon der Gastro-Liga bietet Interessierten und Betroffenen Hilfe bei Erkrankungen von Magen, Darm & Co. und wird jeden ersten Mittwoch im Quartal angeboten.