



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

Reizmagen und Reizdarm – langwierig und belastend

Das Gesundheitstelefon mit Experten der Gastro-Liga e. V. zum Thema „Reizmagen/Reizdarm“ ist am Mittwoch, dem 6. April 2022, von 18 bis 20 Uhr erreichbar.

Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfälle oder auch Verstopfung – viele Menschen in Deutschland leiden unter Magen- und Darmbeschwerden, ohne dass hierfür eine körperliche Ursache erkennbar ist. Diese funktionellen Störungen werden unter den Begriffen Reizmagen und Reizdarm zusammengefasst. Verschiedene Maßnahmen und Medikamente können helfen, die Symptome zu lindern.

Welche Symptome sind typisch?

Es handelt sich beim Reizmagen und Reizdarm um sogenannte Syndrome, da mehrere Symptome gleichzeitig auftreten. Das Reizmagensyndrom ist meist durch Schmerzen sowie durch Druck- und Völlegefühl im oberen Bauchbereich gekennzeichnet. Diese werden häufig von Übelkeit, einem frühzeitigen Sättigungsgefühl sowie Blähgefühlen begleitet. Typisch für das Reizdarmsyndrom sind vor allem Veränderungen der Stuhlgewohnheiten – wie Durchfall, Verstopfung oder beides im Wechsel. Auch klagen Betroffene häufig über das Gefühl einer unvollständigen Darmentleerung.

Oft treten im Zusammenhang mit beiden Krankheitsbildern Begleitsymptome wie Hitzewallungen, Verspannungen, Kopfschmerzen sowie Depressionen und Schlaf- oder Angststörungen auf. Durch Stress und falsche Ernährung können sich die Beschwerden verstärken.

Wie häufig treten die Syndrome auf?

Schätzungen zufolge leiden etwa 15 bis 20 Prozent der deutschen Bevölkerung unter funktionellen Magen-Darm-Beschwerden. Frauen sind dabei etwas häufiger betroffen als Männer. Dabei können beide Syndrome auch zusammen auftreten. „30 Prozent der Patienten mit einem Reizmagen leiden gleichzeitig an einem Reizdarmsyndrom“, erklärt Professor Dr. Ahmed Madisch, Vorstandsmitglied der Gastro-Liga und Gastroenterologe am Centrum Gastroenterologie Bethanien in Frankfurt/Main. Dem Experten zufolge werden lediglich 20 Prozent der Patienten mit einem

Reizmagensyndrom im Laufe ihres Lebens anhaltend beschwerdefrei.

Wie werden funktionelle Störungen diagnostiziert?

Die Diagnostik dieser beiden Störungen erfolgt als sogenannte Ausschlussdiagnostik. Dies bedeutet, dass vor der Diagnosestellung bestimmte Untersuchungen durchgeführt werden müssen, um andere Erkrankungen auszuschließen. Hierzu gehören eine Ultraschalluntersuchung der Bauchorgane, beim Reizmagen eine Magenspiegelung und beim Reizdarm eine Darmspiegelung. Die Diagnose kann gestellt werden, wenn die Beschwerden mindestens drei Monate andauern, die Betroffenen durch diese in ihrer Lebensqualität eingeschränkt sind und der Arzt in der Routinediagnostik keine andere Ursache findet.

Was hilft gegen die Beschwerden?

Eine medikamentöse Behandlung kann kurzfristig die Beschwerden lindern, aber nicht die Ursachen kurieren.

Mögliche Therapieoptionen beim Reizmagensyndrom sind

- säurehemmende Medikamente,
- Prokinetika – die den Weitertransport des Mageninhalts in den Darm beschleunigen,
- Antibiotika – sofern Bakterien des Typs *Helicobacter pylori* in der Magenschleimhaut nachgewiesen werden konnten,
- Antidepressiva oder
- Phytotherapeutika – hierzu zählen pflanzliche Präparate aus Pfefferminz und Kümmelöl sowie Vielpflanzengemische, die krampflösend auf den Magen wirken können.

Beim Reizdarmsyndrom kommen am häufigsten Ballaststoffe, Probiotika, krampflösende Medikamente oder pflanzliche Arzneimittel zum Einsatz. „Klassische Schmerzmedikamente sind beim Reizdarmsyndrom dagegen meist nicht hilfreich“, sagt Professor Madisch.

Haben Sie Fragen zum Thema „Reizmagen/Reizdarm“? Dann rufen Sie an. Die Experten der Gastro-Liga e. V. geben Ihnen gerne Auskunft. Am Mittwoch, dem 6. April 2022, ist das Gesundheitstelefon von 18 bis 20 Uhr unter der Telefonnummer 0641 97481-20 zu erreichen.