



## **Magen-Darm-Tag 2011**

### **Hilfe zur Selbsthilfe bei Verdauungskrankheiten**

#### **Was der informierte Laie über die Behandlung von Verdauungsbeschwerden wissen sollte**

Gastro-Liga informiert zum Magen-Darm-Tag 2011  
am 5. November 2011

Deutsche Gesellschaft  
zur Bekämpfung der Krank-  
heiten von Magen, Darm und  
Leber sowie von Störungen  
des Stoffwechsels und der  
Ernährung  
(Gastro-Liga) 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

Egal, ob Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall oder Sodbrennen, viele Menschen greifen bei Verdauungsbeschwerden zu rezeptfreien Medikamenten, um schnell wieder fit und leistungsfähig zu sein. Nicht immer sind diese Beschwerden harmlos, sondern sie können Symptome einer ernsthaften Erkrankung sein, die, zu spät oder mit den falschen Mitteln behandelt, zu Komplikationen führen kann.

Immer häufiger können früher rezeptpflichtige Präparate jetzt frei gekauft werden. Deshalb ist es wichtig, die Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung zu kennen. Zum Magen-Darm-Tag 2011 am 5. November 2011 bietet daher die Gastro-Liga bundesweit Informationsveranstaltungen an. Die Vortrags- und Diskussionsveranstaltungen stehen unter dem Motto „Der informierte Patient: Hilfe zur Selbsthilfe bei Verdauungskrankheiten“. „Das Motto ist Programm: wir möchten umfassend darüber informieren, bei welchen Beschwerdebildern man selbst etwas tun kann und wann man besser einen Arzt aufsuchen sollte,“ erklärt der an der University of Queensland und dem Princess Alexandra Hospital in Brisbane tätige Gastroenterologe und Stv. Vorsitzender der Gastro-Liga Prof. Gerald Holtmann. „In den Vorträgen wird auch vermittelt, welche Möglichkeiten die Medizin anbietet, wenn Selbsthilfe nicht angezeigt ist oder die Selbstbehandlung keine Erfolge zeigt.“ Von Sodbrennen und Refluxbeschwerden über Gallenbeschwerden bis hin zu Reizdarm und chronisch entzündlichen Darmerkrankungen wird ein breites Themenspektrum angesprochen. Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Zusätzlich werden am 3. November Experten-Hotlines angeboten. Weitere Information zu den Veranstaltungsterminen gibt es auf [www.gastro-liga.de/Veranstaltungen](http://www.gastro-liga.de/Veranstaltungen).

Etwa 20 % der erwachsenen Bevölkerung leiden unter chronischen oder immer wieder auftretenden Verdauungsbeschwerden wie epidemiologische Untersuchungen aus zahlreichen epidemiologischen Studien belegen. Sodbrennen und saures Aufstoßen zählen zu den häufigsten Symptomen. Gelegentliches Sodbrennen ist unbedenklich und kann mit säurebindenden und -hemmenden Medikamenten selbst behandelt werden. Vorsicht ist geboten, wenn die Beschwerden chronisch wiederkehrend

auftreten oder mehr als zwei Wochen ununterbrochen anhalten. Dann sollte man sich untersuchen lassen, um Entzündungen oder Geschwüre der Speiseröhre oder schlimmstenfalls Speiseröhrenkrebs zu vermeiden.

Bei akutem, wässrigem Durchfall, der von Bauchschmerzen, Erbrechen, Fieber oder Blut im Stuhl begleitet ist, heißt es ‚Finger weg von der Hausapotheke‘. „Hier muss immer auch an eine infektiöse Ursache gedacht werden. Durchfallerreger wie Noroviren, Chlostridium difficile oder jüngst der EHEC-Keim können starke Flüssigkeitsverluste verursachen, die besonders für Kinder und ältere Menschen gefährlich werden können“, erläutert Holtmann. Bei blutigen oder fieberhaften Durchfällen oder bei Durchfällen bei Kindern sollten Mittel, die die Darmtätigkeit hemmen, keinesfalls genommen werden, da sie zu gefährlichen Zuständen von Darmlähmung führen können.

Chronischer Durchfall kann auch das Zeichen einer Darmentzündung wie Morbus Crohn und Colitis ulcerosa oder von Zöliakie sein. Auch bei Tumorerkrankungen des Darmes kann er auftreten. Der Magen-Darm-Spezialist beobachtet, dass bestimmte chronische Darmerkrankungen auf dem Vormarsch sind. „Es ist höchst bemerkenswert, dass in den letzten 10 Jahren die Zahl der Neuerkrankungen des Morbus Crohn deutlich zugenommen hat, wie gut kontrollierten Studien aus Frankreich zeigen. Die Wissenschaft vermag hierfür noch keine schlüssige Erklärung liefern.“

Krampfartige Bauchschmerzen mit schmerzhafter Verstopfung, manchmal auch im Wechsel mit Durchfall, Blähungen und Druckgefühl beherrschen den Alltag vieler Reizdarmpatienten. Von einem Reizdarm spricht man, wenn organische Ursachen für diese Symptome ausgeschlossen werden können. Was genau diese für die Betroffenen im Alltag so belastenden Beschwerden auslöst, ist noch nicht bekannt. Keines der heute verfügbaren Medikamente bewirkt eine Heilung des Reizdarmsyndroms. Deshalb werden Medikamente in Abhängigkeit von den Symptomen eingesetzt, um die Beschwerden zu lindern. Das Gefühl der unvollständigen Darmentleerung lässt viele Reizdarmpatienten zu Abführmitteln greifen. Einige, auch pflanzliche Abführmittel, können dabei bei chronischem Gebrauch selbst dann nach Absetzen zu einer Verstopfung führen. Sie sollten deshalb wenn immer möglich nur kurze Zeit angewandt werden.

„Nicht bei allen Patienten kann heute mit den üblichen Medikamenten eine Linderung der Beschwerden und eine Heilung der zugrunde liegenden Störungen erreicht werden. Sie suchen dann oft Hilfe bei alternativen Behandlungsmöglichkeiten und pflanzliche Arzneimittel werden intensiv für diesen Einsatz beworben.

Dies darf aber keinesfalls als unkritisch gesehen werden. Hier sollten die gleichen strengen Kriterien für den Einsatz gelten wie auch bei chemisch definierten Arzneimitteln. Einerseits muss die Wirksamkeit in gut kontrollierten Studien belegt und andererseits die Sicherheit der Produkte gewährleistet sein“, fordert Holtmann.

Der Magen-Darm-Tag der Gastro-Liga hat im Kalender vieler Patienten und interessierter Kreise einen festen Platz. Seit 1997 werden die Aktionstage mit ihrer breiten Palette von Diskussions- und Vortragsveranstaltungen, Arzt-Patienten-Seminaren und Hotlines von der gemeinnützigen Gesellschaft organisiert.

Ebenso stehen unter [www.gastro-liga.de](http://www.gastro-liga.de) Unser Service\ Ratgeber 40 Broschüren zu unterschiedlichen Verdauungsthemen kostenlos zum Download zur Verfügung