



**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

## **Reizdarm und Reizmagen – was steckt dahinter?**

GASTRO-Sprechstunde mit Experten der Gastro-Liga e. V. zum Thema funktionelle Magen-Darm-Erkrankungen am 6. Februar und am 6. März 2019 (jeweils Mittwoch) von 18 bis 20 Uhr

**Viele Menschen in Deutschland leiden an Verdauungsproblemen, die sich zum Beispiel in Durchfall, Völlegefühl, Übelkeit oder Schmerzen äußern. Halten diese Probleme über mehrere Monate an, kann eine funktionelle Magen-Darm-Erkrankung, wie Reizmagen oder Reizdarm, die Ursache sein. Dies kann die Lebensqualität stark beeinträchtigen. Wichtig ist daher eine gründliche ärztliche Abklärung.**

### **Was sind funktionelle Magen-Darm-Erkrankungen?**

Schätzungen zufolge leiden etwa 15 Prozent der deutschen Bevölkerung unter sogenannten funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen, denen keine eindeutigen organischen Ursachen zugrunde liegen. Bekannte Beispiele für funktionelle Magen-Darm-Erkrankungen sind das Reizmagensyndrom und das Reizdarmsyndrom – auch als Reizmagen und Reizdarm bekannt. Bis heute sind die Ursachen funktioneller Magen-Darm-Erkrankungen nicht vollständig geklärt.

### **Symptome können auch unspezifisch sein**

Typische Symptome des Reizmagensyndroms sind Schmerzen, Druck- und Völlegefühl im oberen Bauchbereich. Diese werden häufig von Übelkeit, einem frühzeitigen Sättigungsgefühl sowie Blähgefühlen begleitet.

Beim Reizdarmsyndrom treten vor allem Veränderungen der Stuhlgewohnheiten – wie Durchfall, Verstopfung oder beides im Wechsel – auf. Auch klagen Betroffene häufig über das Gefühl einer unvollständigen Darmentleerung sowie über Schmerzen und Missempfindungen.

Bei beiden Erkrankungen treten häufig zusätzlich Begleiterscheinungen auf, die nicht auf den Bauchraum bezogen sind. Dazu zählen unter anderem Rücken-, Gelenk- und Kopfschmerzen sowie Depressionen und Schlaf- oder Angststörungen. Durch Stress und falsche Ernährung können sich die Beschwerden verstärken.

### **Die Diagnose ist eine Ausschlussdiagnose**

Die Diagnose einer funktionellen Magen-Darm-Erkrankung erfolgt über den Ausschluss organischer Krankheiten. Eine Untersuchung des Blutes, eine Ultraschalldiagnostik der Verdauungsorgane sowie eine Endoskopie (Magen-Darm-Spiegelung), bei der Gewebeproben entnommen werden, geben Hinweise auf organische Erkrankungen oder tragen dazu bei, diese auszuschließen. „Auch Nahrungsmittelunverträglichkeiten, wie Fruktose- oder Laktoseintoleranz, eine Störung der Darmflora oder eine Medikamentenunverträglichkeit, können ähnliche Symptome auslösen und sollten durch eine ausführliche ärztliche Untersuchung abgeklärt werden.“, rät Prof. Dr. Ahmed Madisch, Gastroenterologe im Klinikum Siloah Hannover und Vorstandsmitglied (koopt.) der Gastro-Liga.

### **Umstellung des Lebensstils kann Lebensqualität verbessern**

Die bisherigen Therapiemöglichkeiten für Reizmagen und Reizdarm konzentrieren sich auf die Linderung der Symptome. So können beispielsweise Medikamente gegen Schmerzen, Sodbrennen und Krämpfe helfen. Auch der Lebensstil (u. a. Stress, Bewegung) sowie die Ernährung werden mit in die Therapie einbezogen.

### **Oft lange Leidenszeit**

„Bis die Diagnose Reizdarm oder Reizmagen feststeht, vergehen häufig Jahre.“, sagt Prof. Madisch. „Aufgrund der langen Zeit, in der sich die Betroffenen oft hilflos fühlen, kann die Lebensqualität zusätzlich beeinträchtigt sein. Eine unterstützende psychologische Beratung kann dabei helfen, sowohl die Krankheitssymptome als auch die allgemeine Lebensqualität zu verbessern.“

**Haben Sie Fragen zum Thema funktionelle Magen-Darm-Erkrankungen? Dann rufen Sie an. Die Experten der Gastro-Liga e. V. geben Ihnen gerne Antwort. Am 6. Februar und am 6. März 2019 von 18 bis 20 Uhr ist die GASTRO-Sprechstunde unter der Telefonnummer 0641 – 9 74 81 20 zu erreichen.**

Unter [www.gastro-liga.de](http://www.gastro-liga.de) steht Ihnen im Bereich „Unser Service“ eine Vielzahl an Broschüren zu unterschiedlichen Verdauungsthemen kostenlos zum Download zur Verfügung, unter anderem zum Thema Gastritis und Reizmagen und zum Reizdarmsyndrom.