

Bad Kissinger Darmsanierung: Reizdarm

Definition

Colon irritabile, „funktionelle“ Magen-Darm-Störungen (d.h. „ohne“ organische Ursache, vgl. jedoch Demo-Befund) über mind. 3 Monate/Jahr bzw. 12 Episoden, vgl. ROM III. Ursachenvielfalt, Einfluss aller denkbaren Darmmilieu-Störungen plus Lebensführung, Stress; Verlegenheits-/Ausschluss-Diagnose

Inzidenz: ca. 5 Mio Betroffene, meist Frauen, öfters nach 20. Lebensjahr

Symptomatik

Nur Tags: Stuhl-Unregelmässigkeiten (Diarrhoe – wässrig/breiig/schleimig - Obstipation), Blähungen, Schmerzen, Miss-Empfindungen (Stuhldrang, unvollständige Entleerung); Depression, Niedergeschlagenheit, Erschöpfung, Schlafstörungen.

Formen: - Durchfall-Dominanz, selten Bauchschmerzen
- Verstopfungs-Dominanz, oft Bauchschmerzen
- Schmerz-Dominanz, hauptsächlich Bauchschmerzen
- Blähungs-Dominanz, hauptsächlich Gasbildung

Ursachen

Morphologisch: Peristaltik-Störungen, Entzündung, Helicobacter pylori, Nahrungsmittel- Unverträglichkeiten (Histaminose, Laktose-Fruktose-Sorbitol), - Allergien (Gluten, Ei, Milch, Hefe), Essgewohnheiten (ballaststoff-reich, scharf, süss, industriell), Lebensgewohnheiten (Alkohol, Kaffee, Zigaretten)

Psychisch: Stress, Krisen, Konflikte, Ärger, Angst, Anspannung (vegetatives Nervensystem), Depression, Sensibilität, Ess-Störungen

Diagnostik

Klinisch: Anamnese, Sonographie, Endoskopie

Labor: Stuhl „Verdauungs-/Entzündungs-Check“, insbes. Serotonin vermindert

Differential-/Ausschluss-Diagnostik:

- Reiz-Magen: Dyspepsie, Typen Reflux/Ulkus/Dysmotilität/Aerophagie/Idiopathisch
- Reiz-Blase,
- akute/chronische Enteritiden, Nahrungsmittel-Unverträglichkeit/-Allergie, Krebs

Therapie

- Kausal: Darmsanierung gemäss Befund - Anti-Infektiva, Antacida, Spasmolytika, Dyspeptika/Karminativa (Iberogast, Kamille, Fenchel, Kümmel, Anis, Pfefferminz), Entzündungshemmer (Glutamin, Vit.C), Immunstimulantia (Probiotika), Kleie-Leinsamen-Flohsamen, Bäcker-Hefe ?
- Symptomatisch: Schonkost (inkl. Verzicht auf Milch, Ei, Getreide, Alkohol, Kaffee), lokal Wärme/Massage, Trinkmenge 2 l, Ess-Hygiene, Bewegung
- Psychosomatisch: Tagebuch, Entspannung, Autogenes Training, Bewegung, Atemtechnik, Pausen, kognitive Verhaltens-Therapie, Hypnose

Prognose

Linderung der Beschwerden bzw. Heilung möglich bei 50% der Patienten (?)

Vitatest Dr. Peter Rosler, 97772 Wildflecken, Tel. 09745-91910, www.vitatest.de info@vitatest.de