

Mehr Freude
am Leben

Individuelle Gesundheitsvorsorge

Magen-Darm-Beschwerden – ernsthaft erkrankt?



P a t i e n t e n i n f o r m a t i o n

Magen-Darm-Beschwerden

„Der Teufel greift die Leute am Bauch, wo sie am weichsten sind“ besagt ein Sprichwort. In der Tat klagen 20 bis 40% der Bevölkerung über Magen-Darm-Beschwerden, wie Bauchschmerzen, Sodbrennen, Völlegefühl, Appetitlosigkeit, Aufstoßen und Blähungen, Übelkeit und Erbrechen sowie gestörte Verdauung mit Durchfall oder Verstopfung, oft sogar im Wechsel. Allerdings kann bei zwei Drittel aller Patienten, die deswegen einen Arzt aufsuchen, eine organische Erkrankung ausgeschlossen werden. Wird keine organische Erkrankung als Ursache für die Beschwerden gefunden, spricht man von einem Reizmagen (funktionelle Dyspepsie) oder Reizdarm (Colon irritabile). Die Ursachen dafür sind noch weitgehend ungeklärt; diskutiert werden z.B. eine gestörte Beweglichkeit oder Störungen im Nervensystem des Magen-Darm-Traktes. Auch Stress und vermehrte psychische Belastung können die Symptome auslösen oder verstärken.

Viele organische Erkrankungen verursachen ein identisches Beschwerdebild wie Reizdarm und Reizmagen. **Der Darm hat ein eigenes Abwehrsystem.** Bei entzündlichen Erkrankungen wird dieses aktiviert, bei einem Reizdarm und Reizmagen hingegen nicht. Daher ist es wichtig, die Beschwerden mit Hilfe von Laboruntersuchungen abzuklären, um zwischen Funktionsstörungen und Krankheiten zu unterscheiden. Nur so kann eine effektive Linderung der Beschwerden erreicht werden.

Um eine optimale Bewertung des Immunsystems zu erhalten, sind drei verschiedene Untersuchungen aus einer Stuhlprobe empfohlen:

Calprotectin und Lactoferrin

Bei Entzündungsprozessen im Darm wandern Fresszellen (Granulozyten) aus dem Blut in den Darm ein und setzen Calprotectin und Lactoferrin frei. Bei akuten und chronischen Entzündungen aber auch bei Darmtumoren ist das Calprotectin daher erhöht, bei Reizdarm und Reizmagen hingegen nicht. Studien belegen, dass eine Kombination der beiden Marker die Diagnosefindung verbessert.

Sekretorisches IgA

Plasmazellen bilden Antikörper mit denen Giftstoffe und Bakterien neutralisiert werden, die anschließend von den Granulozyten abgeräumt werden. Das sekretorische IgA ist ein Maß für die Funktionsfähigkeit der Plasmazellen. Erhöhte Werte zeigen dabei eine verstärkte Abwehrleistung des Immunsystems an, erniedrigte Werte hingegen zeigen eine unzureichende Abwehrfunktion.

Die Besiedelung des Magens mit dem **Bakterium Helicobacter pylori** kann ebenfalls ein ähnliches Beschwerdebild verursachen oder sogar zu einem Magen- oder Zwölffingerdarmgeschwür führen. Die Infektion lässt sich medikamentös gut behandeln. Für die Labordiagnose stehen ein Antikörpertest aus dem Blut oder der Nachweis von Bestandteilen des Bakteriums im Stuhl zur Verfügung.

Die Symptome eines Reizdarms können von einer **Milchzuckerunverträglichkeit** (Lactoseintoleranz) herrühren. Milchzucker wird im Kindesalter in der Regel problemlos vertragen. Im Erwachsenenalter kann jedoch eine Unverträglichkeit entstehen. Ursache ist eine verminderte Produktion des Enzyms Lactase im Verdauungstrakt. Die Diagnose wird mit einer Blutuntersuchung gestellt (Mutationsanalyse im Lactase-Gen). Wird die Mutation nachgewiesen erlangen die Betroffenen Beschwerdefreiheit durch Meidung von Milch. Joghurt (enthält Lactase) und Käse (Milchzucker bereits vergoren) werden meist vertragen.

Glutenunverträglichkeit: Bei bestehenden Magen-Darm-Beschwerden sollte immer auch eine glutensensitive Enteropathie (Zöliakie, Sprue) ausgeschlossen werden. Die Zöliakie ist eine hereditäre, kongenitale immunologische Erkrankung, die mit einer lebenslang bestehenden Unverträglichkeit gegenüber Gluten einhergeht. Zur Diagnostik stehen die Bestimmungen von Auto-Antikörpern gegen Gewebs-Transglutaminase, Endomysium und Gliadin zur Verfügung. Die genetische Prädisposition kann anhand einer Genanalyse (HLA-DQ2 und HLA-DQ8) untersucht werden.

Da zwischenzeitlich verschiedene Formen der Glutenunverträglichkeit beschrieben sind, die auch wenige oder nur unspezifische Beschwerden verursachen, sollte eine Glutenunverträglichkeit auch bei negativen Antikörpern bei einem Spezialisten abgeklärt werden. Im Falle einer Glutensensitivität könnte eine glutenfreie Diät zu einer Besserung der Beschwerden führen.

Ebenfalls sollte man an eine fortschreitende **Entzündung der Bauchspeicheldrüse** (chronische Pankreatitis) denken. Diese wird zwar meist durch Alkoholmissbrauch verursacht, in 20-30% der Fälle sind die Ursachen jedoch unklar. Im fortgeschrittenen Stadium sieht man aufgrund gestörter Nährstoffaufnahme vielfältige Vitaminmangelerscheinungen oder sogar Zuckerkrankheit. Ein Stuhltest, bei dem das Bauchspeicheldrüsenzym „Elastase“ getestet wird, kann über die Leistungsfähigkeit der Bauchspeicheldrüse Aufschluss geben.

Notwendig für eine regelhafte Verdauung der Nahrung sind unsere „Darmbewohner“, die **Keime der Darmflora**. Sie besteht aus etwa 400-500 Keimarten – überwiegend Bakterien – in der schier unglaublichen Zahl von 10^{14} - 10^{15} Keimen. Das sind 10-100 mal mehr als der Mensch an Körperzellen besitzt! Wird das komplexe und empfindliche Gleichgewicht gestört – unter anderem nach schweren Darminfektionen, durch Abführmittel, Antibiotikatherapie, Chemotherapie oder Bestrahlung – kann es zur Verschiebung des Keimspektrums hin zu „unerwünschten“ Arten wie Hefepilzen kommen (Dysbiose).

Die Beschwerden ähneln denen des Reizdarmsyndroms, manche Ärzte messen dieser „Fehlbesiedelung“ auch weitergehende Bedeutung bei Infektanfälligkeit, Allergien oder Erschöpfungssyndromen bei. Eine **Mikroökologische Analyse der Stuhlflora**, bei der eine quantitative Auswertung der aeroben und anaeroben Leitkeime, Pilze und obligat krankmachenden Arten durchgeführt wird, gibt Auskunft über die Zusammensetzung der Darmflora. Bei einer gestörten Flora kann mit gezieltem Einsatz von „guten“ Keimen (Probiotika) versucht werden, das Gleichgewicht wieder herzustellen.

Diese Untersuchungen werden bei fehlendem Krankheitsverdacht nicht von den gesetzlichen Krankenkassen (GKV) übernommen. Es handelt sich um Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL).

Die Kosten für ärztliche Beratung, Blutentnahme und Laboruntersuchung können bei uns erfragt werden. Bitte sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

Weitere Angebote zur individuellen Gesundheitsvorsorge:

Arteriosklerose-Vorsorge	Mädchensprechstunde Chlamydieninfektion
Borreliose – Neue diagnostische Möglichkeiten	Nahrungsmittelunverträglichkeiten
Chronische Müdigkeit	Osteoporose-Vorsorge
Depressive Verstimmungen	Oxidativer Stress
Fleischlos gesünder?	Pränatalscreening
Gebärmutterhalskrebs-Vorsorge	Prostatakrebs-Vorsorge
Haarausfall	Sexuell übertragbare Krankheiten
Hormonvorsorge Frau	Thrombose-Vorsorge
Hormonvorsorge Mann	Vitamin D – Sonnige Stunden für die Gesundheit
Immunabwehr	Wechseljahre – Baustelle Hormonhaushalt
Infektionsvorsorge für Schwangere	Zeckenstich – Was tun

dz/3.000/01-18

Alles Gute für Ihre Gesundheit wünscht Ihnen Ihr Praxisteam.

In Zusammenarbeit mit



LABOR STABER
Medizinische Diagnostik