REIZDARM OFT FALSCH DIAGNOSTIZIERT

LesBiSchwule Gesundheit

Prim. MR Dr. Peter Jiru

Wenn Stoffwechselvorgänge regelmäßig auffällig werden, sei es durch Bauchschmerzen, Blähungen, Verstopfung und/oder Durchfall könnte ein Reizdarm die Ursache sein. Etwa 15 % der Bevölkerung sind davon betroffen, die Häufigkeit des Auftretens ist bei Frauen größer. Leider wird bei bis zu 30 % der Betroffenen die Diagnose falsch oder zu spät gestellt, auch weil Erkrankungen wie Histamin-, Fruktose- und Laktoseintoleranz oder auch Zoeliakie ähnliche Symptome machen können.

Was versteht man unter „Reizdarm"?

Unter Reizdarm versteht man eine komplexe Darmerkrankung, die mit Bauchschmerzen, Blähungen und Veränderung des Stuhls einhergeht, meist mit Durchfall, seltener auch mit Verstopfung, noch seltener mit beiden Symptomen. Die Ursachen sind noch nicht restlos erforscht, es spielt aber eine Veränderung der Bakterienzusammensetzung des Dünndarms, des sogenannten Mikrobioms, eine große Rolle. Es besteht ein Zusammenhang mit Fibromyalgie und auch mit psychischen Erkrankungen. Auch Infekte mit Gabe von Antibiotika können ursächliche Faktoren sein.

Wie lässt sich der Reizdarm diagnostizieren und wer ist mein ärztlicher Ansprechpartner?

Eine sichere Diagnose des Reizdarms ist nicht einfach, da vorher sämtliche organischen Ursachen ausgeschlossen werden müssen. Dazu sind etliche Untersuchungen nötig, im Extremfall könnte es sich nämlich um schwerwiegende Erkrankungen wie Morbus Crohn, Colitis ulcerosa oder sogar Darmkrebs handeln.

Unbedingt nötig sind Darmspiegelung, Magenspiegelung mit tiefer Biopsie des Zwölffingerdarms zum Ausschluss einer Zoeliakie (Glutenunverträglichkeit), Ultraschall, eventuell MRT des Dünndarms, spezielle Laboruntersuchungen, Stuhltests sowie Nahrungsmittelunverträglichkeitstests für Laktose, Fruktose, Histamin und Sorbit.

Ein wichtiger Symptomenkomplex ist das Schmerz- und Stuhlverhalten. So ist der Beginn der Schmerzen mit gleichzeitiger Veränderung von Stuhlfrequenz und Stuhlkonsistenz und auch das Nachlassen der Schmerzen nach dem Stuhlgang ein starker Hinweis, dass ein Reizdarm vorliegt. Es handelt sich aber immer um eine Ausschlussdiagnose, ein objektivierbarer positiver Beweis ist nicht möglich.

Ansprechpartner ist der Gastroenterologe, sei es Internist oder Chirurg.

Was hilft gegen die Beschwerden und welche Rolle spielt die richtige Ernährung dabei?

Eine medikamentöse Therapie im klassischen Sinn gibt es leider noch nicht. Etliche Medikamente werden in Studien getestet, eine darmentspannende Therapie ist hilfreich, ebenso die Gabe von Probiotika zur Regulierung der Darmflora. Auch ein lokal wirksames Antibiotikum hilft in vielen Fällen wenigstens kurzfristig. Bei entsprechendem Verdacht kommt auch eine Psychotherapie mit oder ohne Gabe von Psychopharmaka in Frage.

Ballaststoffreiche Ernährung z.B. mit Flohsamenschalen, Gabe von Pfefferminzöl und Melissen-Extrakt ist zu empfehlen. Ebenso bewährt sich laktose- und glutenarme Diät, in jedem Fall sollte eine entsprechende Diätberatung in Anspruch genommen werden.

Das sogenannte Reizdarmsyndrom ist eine immer häufige auftretende Erkrankung des Stoffwechselsystems, die mehr und mehr ins Zentrum der Forschung rückt. In jedem Fall von länger andauernden Bauchbeschwerden mit Verstopfung oder Durchfall ist eine ärztliche Abklärung dringend anzuraten.