

## Tag des Darms

„Darmprobleme“ im Allgemeinen sind sehr vielfältig und daher ein häufiger Beratungsanlass in der allgemeinmedizinischen Sprechstunde. Die Symptome sind bunt und variieren individuell sehr stark. Von Bauchschmerzen, Völlegefühl, saurem Aufstoßen über „zu viel Luft im Bauch“, Verstopfung oder Übelkeit mit oder ohne Durchfall – alles taucht dabei auf. Aufgrund dieser Vielfalt an Beschwerden ist es oftmals gar nicht so einfach, einen raschen Überblick zu bekommen, um welche genaue Problematik es sich beim Einzelnen handelt.

### Wann sollte man sich also in der allgemeinmedizinischen Sprechstunde vorstellen?

Gerade weil sich hinter „Darmproblemen“ oder „Bauchschmerzen“ auch ab und zu schwerwiegende und hochakute Krankheitsbilder verstecken, nehmen wir diesen Beratungsanlass sehr ernst. Prinzipiell können oder sollten Sie mit solchen Problemen immer zu uns kommen. Gemeinsam sortieren wir dann Ihre individuellen Beschwerden und überlegen uns, welche weitere Diagnostik es braucht – und auch wann – beziehungsweise welche Ursache dahinter verborgen sein könnte.

### Gibt es Alarmsignale, weswegen man zum Arzt gehen sollte?

Insbesondere bei plötzlich auftretenden Bauchschmerzen oder akut verändertem Stuhlgang (Form, Farbe, Konsistenz) sollten Sie ärztliche Hilfe aufsuchen.

### Woher kommen die Beschwerden? Wie findet man eine Ursache?

Man kann im Prinzip ganzeinmal den Magen-Darm-Trakt von „oben bis unten“ durchgehen: Überall auf dem Weg von den Lippen bis zum After könne Symptome auftreten, die mit „Darmproblemen“ vergesellschaftet sein können. Die Ursache lässt sich in vielen Fällen nicht sofort finden. Die dazu benötigten Untersuchungstechniken und diagnostischen Möglichkeiten, inklusive Ultraschall oder Magen-Darmspiegelungen, bieten wir allesamt in unserem MVZ für Sie an.

### Ich habe mich schon oft mit Beschwerden im Verdauungstrakt ärztlich vorgestellt und nie wird eine Ursache für meine Beschwerden gefunden – was soll ich tun?

Das kommt häufig vor. Das Darmnervensystem ist eng mit unserem „unbewussten Nervensystem“ verknüpft – was den Vorteil hat, dass unser Verdauungssystem auch 24/7 für uns arbeitet. Umso diffuser sind oft die Beschwerdebilder, da das Nervensystem eine Rolle bei der Symptomatik spielen kann.

Inzwischen weiß man außerdem viel über das sog. Mikrobiom – die Zusammensetzung der „guten Darmbakterien“ und Situationen, bei denen diese Bakterienflora aus dem Gleichgewicht gerät. Häufig tauchen hierdurch auch enorme Beschwerden auf, die nach Umstellung von schlechten Ernährungsgewohnheiten oder anderen, das Mikrobiom beeinflussenden Faktoren, nachlassen. Die Apotheken sind inzwischen voll von Präparaten aus der Gruppe der sog. „Probiotika“ – falls Sie hierzu Fragen haben, nehmen Sie gerne unsere Beratung in Anspruch, um nicht auf teure Produkte aus der Werbung hereinzufallen.

### Ein Gesprächsbeispiel aus dem ärztlichen Alltag zum Thema „Bauchschmerzen“:

Eine junge Patientin stellt sich wegen Unterbauchschmerzen und Durchfall vor. Wegen ähnlicher Symptome wurde sie schon mehrfach ärztlich untersucht. Sie fragt nach einer „Wundertablette“, die ihre Beschwerden sofort bessern könnte, damit sie in den kommenden Tagen auf eine Hochzeit gehen könnte. Auf weiteres Nachfragen, was diese Tablette ihrer Vorstellung nach bewirken solle, antwortet sie, sie möchte sich wieder fühlen „wie mit 20 Jahren“.

Beim weiteren Erzählen über ihre aktuelle Lebenssituation und damit einhergehenden Schwierigkeiten im Job beginnt sie heftig zu weinen: „Immer geht bei mir alles schief! Wann kann endlich mal was gut laufen bei mir?!“ Etwas später stellt sie fest: „Ich habe so eine Wut ...“ Nach weiterem Überlegen: „... in meinem Bauch!“ „Sie haben eine richtige Wut im Bauch?“ „Ja genau“ sagt sie „und ständig werde ich dafür beurteilt! Ich fühle mich total falsch!“ Sie beginnt erneut zu weinen und dann sagt sie: „Man darf doch wohl mal wütend sein!“ „Ja, man darf doch wohl mal wütend sein!“ Sie sagt: „Und morgen muss ich auf diese bl... Hochzeit!“ „Was ist diese bl... Hochzeit?“ „Naja, ich wollte sagen diese verflixte Hochzeit!“, antwortet sie. Sie zögert und schließlich fügt sie hinzu: „Ohne den Bauch geht nichts!“

### Welche konkreten Erkrankungen können hinter „Darmproblemen“ stecken? An wen wende ich mich?

Es gibt eine ganze Menge von Symptomen und Krankheitsbildern des Magen-Darm-Trakts. Nicht umsonst ist die sog. Gastroenterologie (Magen-Darm-Heilkunde) eine eigene Disziplin der Inneren Medizin.

Wir in unserem MVZ sind ein gastroenterologisches Zentrum mit aktuell drei Standorten in Nürnberg-Katzwang, Fürth und Zirndorf. Die Schwerpunkte in unserem Zentrum sind die endoskopischen Untersuchungen des Magen-Darm-Traktes sowie die Behandlung von chronisch entzündlichen Darm- und Lebererkrankungen. Wir führen aktuell über 15.000 Magen- / Darmspiegelungen im Jahr durch. Zögern Sie also nicht, einen (Vorsorge-) Termin zu vereinbaren.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen gesunden und glücklichen Start in den Herbst!

Ihr Team MVZ Renard & Kollegen