

Seit Jahren leide ich an Bauchschmerzen mit Blähungen und mein Stuhlgang ist sehr wechselhaft. Bisherige Untersuchungen haben nichts Böses festgestellt und mein Hausarzt spricht von einem Reizdarm. Meine Nachbarin meinte jetzt, ich solle doch meine Darmflora durch einen „Kyberstatus“ analysieren lassen, dann könne man mir gezielter helfen.

Die Beschwerden, die Sie schildern, sind ein häufiges Problem. Bis zu 20 % der Bevölkerung leiden, oft über lange Zeiträume mit wechselnder Ausprägung an solchen Beschwerden. Da aber Gespräche über die Verdauungsfunktionen nicht gerade „Partyrenner“ sind, wissen die meisten Menschen nicht, wieviele andere ebenfalls betroffen sind.

In der gastroenterologischen Praxis ist der Arzt jedoch häufig mit Patienten konfrontiert, die einen erheblichen Leidensdruck verspüren und gerne die Symptome dauerhaft „loswerden“ wollen.

In seinem Roman „Seelenarbeit“ hat Martin Walser sehr eindrucksvoll geschildert, wie sich das Leben seiner Hauptfigur, eines Direktorenchauffeurs, immer mehr auf seine Stuhlgangprobleme reduziert. Er beschreibt besser als ein Arzt es könnte – wie dieser Mensch, der offensichtlich ein solches Reizdarmsyndrom hat, leidet, wenn die Wirkung eines Abführmittels zum falschen Zeitpunkt einsetzt. Noch größer ist aber die Hilflosigkeit des Betroffenen, nachdem man ihm nach einer kompletten Durchuntersuchung einschließlich Magen- und Darmdarstellung in einer Universitätsklinik mitteilt, er sei gesund und habe nichts.

Zum Reizdarmsyndrom gehört neben den anhaltenden Bauchschmerzen, welche auf den Darm projiziert werden, oft einhergehend mit Blähungen und wechselndem Stuhlgang zwischen hart bis hin zu Durchfall, auch der Ausschluß anderer Erkrankungen.

Dabei muss sehr individuell auch anhand der Vorgeschichte entschieden werden, wie umfangreich die sogenannte Ausschlussdiagnostik sein muß. Zur Basisuntersuchung gehört neben einer körperlichen Untersuchung eine Blutanalyse, eine Urinuntersuchung, eine Ultraschalluntersuchung des Bauchraums und bei Frauen eine gynäkologische Kontrolle. Danach muß entschieden werden, ob man mit einer Behandlung beginnt oder ob direkt weiterführende Untersuchungen wie beispielsweise Stuhluntersuchung zum Ausschluß einer Darminfektion, Überprüfung der Milchzucker- oder Fruktoseverträglichkeit oder eine Darmspiegelung zum Ausschluß einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung oder eines Tumors erforderlich ist. Ein sogenanntes Darmökogramm oder auch Kyberstatus, welches die Darmflora analysieren soll, hat sich dabei bei allen Untersuchungen als nicht hilfreich erwiesen: weder was die Diagnostik, noch was die Therapie angeht. Das Geld für solche selbst zu zahlenden Untersuchungen sollte man besser in schönere Dinge anlegen. Das Reizdarmsyndrom mit seinem oft wechselnden Verlauf kann in schlechten Zeiten die Lebensqualität beeinträchtigen, verkürzt aber nicht die Lebenserwartung.

In vielen Fällen kann man deshalb Patienten nach der Durchuntersuchung und der Aufklärung über die gute Prognose mit stuhlregulierenden Maßnahmen wie Ballaststoffen, Probiotika (z.B. in geeigneten Joghurts), Abführmitteln oder anderen Medikamenten helfen ihre Lebensqualität wieder zu verbessern. Manchmal müssen Ernährungsgewohnheiten überprüft oder Zusammenhänge zu seelisch belastenden Lebensumständen aufgezeigt werden. Ziel ist dabei dem Patienten Sicherheit zu geben, so dass nicht zu kurzfristige Kontrolluntersuchungen nötig werden.