

Volkskrankheit Darm-Divertikel

Mehr als ein Drittel aller Menschen in Deutschland entwickelt im Laufe des Lebens Schleimhautausstülpungen der Darmwand, sogenannte Divertikel. Bei unter 40-Jährigen sind sie selten, ab dem 70. Lebensjahr findet man sie bereits bei 60 Prozent der Deutschen. Allerdings nehmen Divertikel in den letzten Jahrzehnten besonders bei jüngeren Menschen deutlich zu. Männer und Frauen sind gleich häufig betroffen. Menschen in Entwicklungsländern sind deutlich seltener betroffen – sobald sie nach Europa einwandern, gleicht sich deren Risiko dem hiesigen an. Experten vermuten daher, dass der westliche Ernährungs- und Lebensstil Divertikel auslösen kann: ballaststoffarme Kost, häufiger Verzehr von rotem Fleisch, Übergewicht und mangelnde Bewegung. Möglicherweise besteht auch eine erbliche Veranlagung.

Divertikel finden sich meist im s-förmig verlaufenden letzten Teil des Dickdarms



Darmquerschnitt mit Divertikeln

im linken Unterbauch. Setzt sich dort in Darm-Ausstülpungen Stuhl fest, kann dies zu einer Entzündung führen – das passiert aber nur sehr selten. Nur 15 von 100 Menschen mit Darm-Divertikeln klagen über Schmerzen im Unterbauch, Blähungen und Stuhlnormmäßigkeiten. Und nur in fünf von 100 Fällen gibt es schlimmere Beschwerden: Divertikel können sich dann so entzünden, dass es wie bei der Blinddarm-entzündung schlimmstenfalls zu einem Darmdurchbruch kommen kann. Besonders gefährdet sind Menschen, die Medikamente benötigen, die das Immunsystem beeinflussen, zum Beispiel Cortison bei Rheuma-Erkrankungen.

Um die Entstehung von Divertikeln zu vermeiden, werden ballaststoffreiche

Kost mit viel Obst und Gemüse, das Vermeiden von Übergewicht sowie regelmäßige Bewegung empfohlen. Einen Schutz vor einer Entzündung bereits bestehender Divertikel bietet das nicht.

Zeichen einer Divertikulitis sind starke Schmerzen im linken Unterbauch und Entzündungsmerkmale im Blut. Weniger typisch sind Übelkeit, Erbrechen, Verstopfung, Durchfall oder Probleme beim Wasserlassen.

Eine weitere mögliche Komplikation ist die Divertikelblutung. Das kann vor allem bei Menschen problematisch sein, die Medikamente zur Blutverdünnung oder diverse Schmerzmittel einnehmen.

Allergien, hoher Blutdruck, Erkrankungen der Herzkranzgefäße, Schilddrüsenunterfunktion und Erhöhung der Blutfette oder Harnsäure scheinen das Auftreten einer Divertikel-Krankheit zu begünstigen.

Oft verläuft die erste Entzündung ohne Vorwarnung, viele Patienten erleiden aber keinen weiteren Schub mehr. Deshalb wird heute die Entscheidung zur Operation auf den Einzelfall abgestimmt.

Dabei wird der s-förmig verlaufende Teil des Darms entfernt – das sind ungefähr 30 Zentimeter. Ein künstlicher Darmausgang ist nicht erforderlich.

Leichte Entzündungen behandelt der Hausarzt ambulant mit Schmerzmitteln und Antibiotika. Experten befürchten allerdings, dass Antibiotika zu häufig eingesetzt werden – insbesondere dann, wenn es sich nur um eine Verdachtsdiagnose handelt und keine weiteren Untersuchungen erfolgen.

Während im akuten Fall Ultraschall und Computertomografie eingesetzt werden, sollte im Intervall eine Darmspiegelung erfolgen, um andere Erkrankungen auszuschließen. Wichtig ist es außerdem, Reizdarm-Beschwerden abzugrenzen, um unnötige Behandlungen zu vermeiden. Denn: Darm-Divertikel sind viel häufiger als eine Divertikel-Krankheit.

MAGEN DARM ZENTRUM WIENER PLATZ

Gastroenterologie
Hepatologie
Chirurgie

Dr. med. Elke Christiane Bästlein
Dr. med. Jan-Hinnerk Hofer
Dr. med. Martin Kowallik

Genovevastraße 9, 51065 Köln
(nur 15 Minuten von Rösrath)

Telefon 0221 96 444 80
post@mdz-koeln.de
www.mdz-koeln.de

Dr. Elke Christiane Bästlein
Dr. Jan-Hinnerk Hofer
Gastroenterologen am
Magen Darm Zentrum Wiener Platz

