

Nr.1/Juni 2010

Dies ist ein unabhängiges Produkt von Mediaplanet

**MEDIA
PLANET**

MAGEN-DARM

8

TIPPS FÜR

**EIN GUTES
BAUCHGEFÜHL**

Patienten-
Geschichten
Drei Erfah-
rungsberichte,
die berühren

Gut verdaut ist
halb gewonnen
So klappt es
auch bei Ihnen

Abnehm-
Innovationen
Schlauch-
magen, Ballon
& Co.

Warnsignal:
Übergewicht
So beugen Sie
Adipositas vor



DIE UNTER- SCHÄTZTE MITTE

**Experten erklären, wie wichtig die Organe Magen und Darm
für ein glückliches und gesundes Leben sind.**

FOTO: ZOONAR / PHOTOGRAPHER: B-D-S / POLYLOOKS.DE

Zöliakie erkennen. Gesund leben.



**Deutsche Zöliakie
Gesellschaft e.V.**

Zöliakie ist eine chronische Erkrankung des Dünndarms. Sie beruht auf einer Unverträglichkeit des Klebereiweißes Gluten. Gluten kommt vor allem in den Getreidearten Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste und Hafer vor. Neuere Untersuchungen zeigen, dass jeder 250. Deutsche von Zöliakie betroffen ist. Die einzige Therapie ist eine lebenslange glutenfreie Ernährung. Hilfe und Unterstützung für Zöliakie-Betroffene und deren Angehörige bietet die Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. (DZG).

Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V.; Kupferstraße 36; 70565 Stuttgart; Tel. 0711/45 99 81 – 0; Fax 0711/45 99 81 – 50; info@dzg-online.de

NEWS

Dank früher Diagnose ist schnelle Hilfe möglich

■ **Frage:** Wie bekämpft man chronische Darmerkrankungen?
 ■ **Antwort:** Man setzt zum Beispiel auf einen Marker in der Diagnostik.

Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED) sind der Sammelbegriff für Morbus Crohn und Colitis ulcerosa. Patienten leiden dabei unter jahrelangen Bauchschmerzen und Durchfällen, oft begleitet von starker Abgeschlagenheit. Die Beschwerden treten gehäuft zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr auf, aber auch Kinder und Jugendliche können schon betroffen sein. Bei beiden Erkrankungen lassen sich die Beschwerden mit Medikamenten und operativen Maßnahmen lindern und Komplikationen zumindest teilweise vermeiden.

Hilfe in der Diagnose

Je früher allerdings eine Diagnose stattfindet, desto leichter kann auch hier der Arzt heilend einwirken. So gibt es auf dem Markt in-

zwischen sehr gute Möglichkeiten der in vitro Diagnose. Zum Beispiel ist der Marker Calpro Calprotectin ELISA eine quantitative Methode zur Bestimmung von Calprotectin in Stuhlproben und anderen Körperflüssigkeiten und kann als Hilfe zur Erkennung von Patienten mit entzündlichen Darmerkrankungen genutzt werden.

Der Gehalt an Calprotectin im Stuhl spiegelt die Aktivität der Erkrankung wider und eignet sich daher besonders zum Monitoring



Gabriele Frost
 Experte im Bereich der Stuhl-diagnostik

von chronisch erkrankten CED-Patienten. Sowohl Patienten mit einer anfänglich, kleineren Entzündung, als auch Patienten mit einer schweren Erkrankung oder einem Rezidiv können durch den Calprotectin Test diagnostiziert werden. Einige Kliniken und Ärzte messen

Calprotectin bei ihren CED Patienten in regelmäßigen Abständen und bestellen die Patienten erst bei einem deutlichen Anstieg der Werte ein. Der Marker zeigt auch gute Daten bei der Messung von Blutproben, z.B. im kardiovaskulären Bereich und als Entzündungsmarker im Blut ist er aussagekräftiger als C-reaktives Protein. Entdeckt wurde Calprotectin 1978 von Professor Fagerhol, einem Gastroenterologen aus Norwegen. Sein Calprotectin Test ist einer der besten klinisch dokumentierten Tests in der gastroenterologischen Stuhlagnostik.

Einfacher Test

Ein negatives Ergebnis im Marker kann mit einer hohen Wahrscheinlichkeit eine entzündliche Darmerkrankung ausschließen. Dagegen kann ein positives Testergebnis als frühe Diagnose einer entzündlichen Darmerkrankung beitragen. Ein weiterer Vorteil: Bei Patienten mit Reizdarm (Colon irritabile) ist der Calpro Calprotectin ELISA un-

auffällig, so dass hier die Messung von Calprotectin als Ausschlussdiagnostik genutzt werden kann.

„Leider wird im niedergelassenen Bereich zu wenig Diagnostik durchgeführt“, sagt Gabriele Frost, die den Marker auf dem deutschen Markt etabliert hat. „Viele Patienten bekommen einfach ein Präparat verschrieben. Stattdessen könnten sie sich vorher mit einem so einfachen Stuhltest Klarheit über die Diagnose verschaffen und dann gezielter die Therapie einsetzen.“

Inzwischen wird Calprotectin als sinnvoller Marker in den Gastroenterologischen Guidelines aufgeführt und seit Anfang 2010 zahlen die Kassen für die Untersuchung. Zahlreiche Studien belegen außerdem den Nutzen für Kinder. Zudem spart man mit ihm Kosten – durch das Messen von Calprotectin können Koloskopien effektiver eingesetzt werden. Ein wichtiger Faktor bei der in Deutschland anwachsenden Zahl an CED-Patienten.

BARBARA GALLASCH

redaktion.de@mediaplanet.com

TIPP

4

DEM ARZT VERTRAUEN

3

TIPPS ZUR HEILUNG VON CED

Körperliche Schonung.

1 Während eines akuten Schubs mit anhaltenden Durchfällen, Bauchschmerzen und Abgeschlagenheit ist es wichtig, dass Sie sich körperlich schonen oder Bettruhe einhalten, wenn es Ihnen sehr schlecht geht.

Astronautenkost.

2 Im leichten akuten Schub entlasten Sie den Darm durch ballaststofffreie und/oder flüssige Nahrung Astronautenkost; während eines schweren Schubs ist jedoch eine Ernährung mittels Infusionen in der Klinik nötig.

Meiden von unverträglichen Speisen.

3 Eine Milchunverträglichkeit, mitunter auch der gesamte Krankheitsverlauf, bessert sich durch das konsequente Meiden von Milchprodukten und sonstigen Speisen, die Sie nicht vertragen.

R-Biopharm AG – Ihr Partner zur Labordiagnostik entzündlicher Darmerkrankungen

Bauchschmerzen, Darmprobleme – und Sie wissen nicht warum?

Calprotectinmessung in der Stuhlprobe könnte die Lösung sein!

- zur sicheren Unterscheidung von chronisch entzündlichen Darmerkrankungen und Reizdarm
- zur Überwachung des Therapieverlaufs

Einfach.
 Nicht invasiv.
 Aussagekräftig.

r-biopharm

www.r-biopharm.de



VERBORGENER TÄTER: HISTAMIN IN LEBENSMITTELN

Ein Glas Rotwein, ein Stück guter Käse und die Nase läuft, der Kopf beginnt zu dröhnen – eine Histaminintoleranz kann die Betroffenen quälen, vor allem wenn sie von ihrer Unverträglichkeit nichts wissen. Etwa ein bis drei Prozent der Bevölkerung leiden nach heutigen Schätzungen unter einer Histaminintoleranz. Sie können den Naturstoff Histamin nicht oder nicht ausreichend abbauen.

Histamin nehmen wir mit der Nahrung auf oder bilden es im Körper selbst. Körpereigenes Histamin setzen wir zum Beispiel bei einer allergischen Reaktion frei. Nehmen wir aber viel Histamin über die Nahrung auf und können es nicht schnell genug abbauen, zeigt der Körper allergieähnliche Symptome.

Über eine Messung der Histaminkonzentration im Stuhl und der DAO-Aktivität im Blut kann der behandelnde Arzt eine Histaminintoleranz aufspüren. Spezialisierte Labore wie das Institut für Mikroökologie in Herborn führen derartige Analysen durch. Der Nachweis lohnt sich, denn die anschließende Therapie lindert die Symptome und ist kostenlos.

KOSTENLOSE THERAPIE

Um die Beschwerden zu lindern, stellen die Betroffenen ihre Ernährung auf histaminarme Lebensmittel um. Vor allem bakteriell produzierte Lebensmittel enthalten viel Histamin. Beispiele sind lange gereifter Käse, Sauerkraut und Wein. Rotwein ist dabei besonders problematisch, denn zusätzlich zum hohen Histamingehalt hemmt der Alkohol den Histaminabbau. Aber auch Erdbeeren, Tomaten, Nüsse und Schokolade können die Histaminkonzentration im Körper erhöhen.

Ausführliche Listen zu histaminreichen Lebensmitteln finden Sie unter www.mikrooek.de/fr-patienten/

URSACHEN FÜR EINE HISTAMININTOLERANZ

Für einen unzureichenden Histaminabbau kommen mehrere Ursachen in Frage. Zum Beispiel kann eine Magen-Darmerkrankung die Darmzellen schädigen; als Folge können die Darmzellen nicht mehr ihren Teil zum Histaminabbau leisten. Oder aber der mangelnde Abbau ist erblich bedingt. Alkohol und bestimmte Medikamente können den Histaminabbau kurzfristig hemmen. Leiden Sie unter Übelkeit, Durchfall und migräneartige Kopfschmerzen, sollten Sie über eine Histaminintoleranz nachdenken. Ein labordiagnostischer Nachweis gibt Sicherheit, ob die Unverträglichkeit für Ihre Beschwerden verantwortlich ist. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber.

INSTITUT FÜR MIKROÖKOLOGIE

Auf den Luppen 8, 35745 Herborn
 Patientenhotline: 02772 - 981199, täglich 8:30 - 12:30 Uhr