

# Gesund & fit

Top-Thema der Woche

## Colitis – wenn der Darm streikt

tina  
Die Nr. 1  
Frauen-  
Gesundheit

Schon 170000 Menschen sind von der entzündlichen Erkrankung betroffen. Unser Experte sagt, welche Therapien es gibt

**E**s ist eine Krankheit, die noch nicht völlig erforscht ist. Und sie ist nicht heilbar: Colitis ulcerosa verläuft in Schüben. Es gibt Phasen, in denen die Erkrankten unter teils heftigen Beschwerden leiden, und solche, in denen kaum Probleme auftreten.

**tina: Was ist das für eine Krankheit?**

**Prof. Stefan Hillejan:** Colitis ulcerosa gilt als eine der häufigsten chronischen Darmerkrankungen. Die Schleimhaut des Dickdarms ist dauerhaft entzündet, es entstehen Geschwüre. Erste Beschwerden dieser Erkrankung treten meistens im Alter zwischen 20 und 35 auf.

**Was sind die typischen Symptome?**

In einer akuten Phase wiederholen sich starke, krampfartige Bauchschmerzen und blutiger Durchfall. Häufige Folgen sind z. B. Gewichtsverlust und Müdigkeit.

**Wie wird die Krankheit festgestellt?**

Für eine exakte Diagnose stehen mehrere Methoden zur Verfügung. Dazu zählen die Darmspiegelung, Röntgen, Ultraschall, Blut- und Stuhl-Untersuchungen.

**Ist Colitis ulcerosa heilbar?**

Leider nicht. Welche Ursachen zugrunde liegen, ist nicht abschließend geklärt. Es kommen verschiedene Auslöser wie erbliche Veranlagung, Störungen im Immunsystem, Viren oder Bakterien sowie psychische Belastungen durch Stress infrage.

**Wie sieht die Behandlung aus?**

Gezielt eingesetzte Medikamente und eine individuelle Diät lindern die Symptome wirksam. Während eines Schubs kommen je nach Ausprägung entzündungshemmende sowie schmerzlindernde Präparate zum Einsatz. Und zwischen den Schüben können weitere spezielle Arzneimittel helfen, den akuten Phasen vorzubeugen.

**Welche Rolle spielt die Ernährung?**

Eine große. Generell wird Betroffenen eine Vermeidungsdiät empfohlen: Patienten dürfen alles essen, was sie gut vertragen – sie sollten aber versuchen, alles zu vermeiden, was die Beschwerden verstärkt. Ist die Erkrankung gerade weniger aktiv, bietet sich eine eiweiß- und ballaststoffreiche Ernährung mit viel Gemüse und Vollkornprodukten an. Während eines Schubs gilt es, eher ballaststoffarm zu essen, um den Darm nicht unnötig zu belasten.

**Wann ist eine Operation nötig?**

Wenn diese konservativen Therapien nicht ausreichen oder sich Vorstufen von Krebs entwickeln, kann eine Teilentfernung des Dickdarms notwendig werden. Der oft befürchtete künstliche Darmausgang ist aber meist nicht erforderlich. ■



Prof. Dr. Dr. Stefan Hillejan ist Phlebologe und Proktologe an der Praxisklinik für Venen- und Enddarmkrankungen in Hannover und Vorsitzender des Berufsverbands Qualifizierter Medizinischer Sachverständiger Deutschlands