

# Reizdarmsyndrom

Synonym: Reizkolon, colon irritabile



"...schätzungsweise über 100 Millionen Menschen in Europa leiden unter einem Reizdarmsyndrom."

"Meist testen Betroffene ein Hausmittel nach dem nächsten ohne Erfolg."

"Gibt es wirklich kein System, um die Therapie verständlich und planbar zu gestalten?"

"...was sind die Ursachen meiner Beschwerden?"

"...schadet die Magensäure wirklich?"

"Lassen Sie uns gemeinsam Antworten auf Ihr individuelles Problem finden!"

Das sogenannte Reizdarmsyndrom nimmt einen immer größer werdenden Stellenwert ein. Immer mehr Betroffene suchen nach geeigneter Behandlung.

Definiert ist das Syndrom mit Symptomen im Bauchbereich ( Blähungen, weicher oder harter Stuhl oder rezidivierende Bauchschmerzen ) und negativem Befund der Coloskopie ( Darmspiegelung ).

Das Reizdarmsyndrom ( RDS ) wird auch als colon irritabile, irritables Kolon oder Reizkolon bezeichnet.

Im folgenden möchte ich einen Fall aus meiner Praxis darstellen, welcher authentisch, jedoch aus datenschutzrechtlichen Gründen etwas verfremdet ist.

**Anamnese des Reizdarmsyndroms**

Ein 43jähriger Bankangestellter, verheiratet, keine Kinder, stellte sich bei mir in der Praxis vor. Er berichtete darüber, dass er seit circa fünf Jahren immer wiederkehrende Bauchschmerzen hätte. Außerdem sei in den letzten zwei Jahren Sodbrennen



hinzugekommen. Sonst fühle er sich häufig abgeschlagen, was er sich mit Stress im Beruf erklärte.

Ein leichtes Kribbeln an der Zunge habe er außerdem seit ca. 3 Monaten.

Zur Abklärung der Beschwerden habe er bisher eine Magen- und Darmspiegelung gemacht, welche aber ergebnislos verlaufen sei. Therapeutisch sei bisher nur der Einsatz von sogenannten Protonenpumpenhemmern, also magensäurehemmenden Mitteln versucht worden. Der Patient nahm diese Mittel bereits über einen Zeitraum von ca. fünf Jahren und berichtete darüber, dass es anfangs dadurch zu einer Beschwerdelinderung kam, die aber im weiteren Verlauf wieder nachließ.

Man habe ihm erklärt, dass dieses Mittel die Magensäure hemmen würde und damit das Symptom "Sodbrennen" gelindert würde.

Es erfolgte eine körperliche Untersuchung in meiner Praxis. Hierbei zeigte sich bei der körperlichen Untersuchung ein deutlich

"Die Therapie sollte systematisch und individuell gestaltet werden. Die zahlreichen Studien und Forschungsarbeiten der letzten Jahre haben uns eine Vielfalt von Diagnose- und Therapieoptionen in der Behandlung des Reizdarms ermöglicht"

**"Der Antibiotikaverbrauch ist sicher ein zentrales Problem der Darmflora."**

**"...sowohl in der Humanmedizin als auch in der Veterinärmedizin ist der Verbrauch von Antibiotika in den letzten Jahren deutlich gestiegen"**

**Ein Schwein bekommt in Europa statistisch 3,4 mal Antibiotika, bevor es in die Nahrungskette kommt.**

**Die Antibiotikaaanwendung in der Humanmedizin wird mit Erkrankungen wie Asthma, Epilepsie, Diabetes, Colitis ulcerosa, Neurodermitis, M. Crohn, Autismus, Depressionen und Übergewicht assoziiert.**

geblähter, mit Gas gefüllter Bauch.

Nebenbefundlich zeigten sich auch ein schief stehendes Becken und Verspannungen im Lendenwirbelsäulen- und Nackenbereich. Die Zunge war optisch glatt und gerötet.

Im Anschluss habe ich mit dem Patient ein Gespräch über die Bedeutung der Magensäure geführt.

**Wofür ist Magensäure wichtig?**

Die Magensäure wird von den sogenannten Becherzellen im Magen gebildet. Meist hängt der Ruf des Problemverursachers an. Ein Blick in den Bereich Biochemie zeigt aber in vielen Fällen genau das Gegenteil.

Diese wichtige Säure ist auch für die Aufnahme von Vitamin B12 unabdingbar. Die Magensäure bindet sich an das Vitamin B12 und kann so nur als gemeinsamer Komplex aufgenommen werden.

Das heißt, ohne Magensäure kann kein Vitamin B12 aufgenommen werden. Die Vitamin B12 Speicher im Körper reichen jedoch für circa 3-5 Jahre ehe sie aufgebraucht sind. Ein weiterer wichtiger Punkt der Magensäure ist der Schutz vor Nahrungsmittelgiften und Wurmerkrankungen. Nehmen wir beispielsweise einen Wurm über frisches Obst und Gemüse auf, so wird dieser durch die Magensäure in aller Regel direkt abgetötet, sodass wir meist keine Krankheitsentwicklung befürchten müssen. Dieser Abwehrmechanismus funktioniert jedoch nur bei Vorhandensein der Magensäure.

Die Magensäure ist außerdem für die Verdauung von in der Nahrung aufgenommenen Eiweißen zuständig. Die Zersetzung der Eiweiße im Magen funktioniert nur durch die Magensäure.

Wenn also keine Magensäure vorhanden ist, werden auch die Eiweiße im Magen nicht zersetzt. In der Folge entstehen im weiteren Verlauf des Darms Faulgase durch unverdaute Eiweiße. Diese Faulgase führen dazu, dass der Darmbereich sich sehr ausdehnt und raumfordend wirkt.

Er drückt dann gegen die anderen Bauchorgane, wie Zwerchfell und Magen. Der Druck von unten gegen den Magen führt dann dazu, dass die Magensäure nach oben in Richtung Speiseröhre geschoben wird. Dadurch entsteht das Symptom des Sodbrennens.

Es folgten Laboruntersuchungen des Stuhls und des Urins im Speziallabor.

Umfangreiche Tests konnten beim Patienten einen Vitamin B12 Mangel nachweisen. Außerdem wurde der Verdacht bestätigt, dass der Darm erheblich unter dem Einfluss von Fäulnisbakterien stand. Weitere Tests zeigten, dass der Darm nicht mehr im Stande war, ausreichend 5HTP ( eine Vorstufe des sogenannten Glückshormons Serotonin ) zu bilden. Im Stuhl wurden unter anderem unverdaute Eiweiße und Fette nachgewiesen. Der pH-Wert war deutlich ins basische verschoben, was durch den langandauernden Einfluss von Protonenpumpenhemmern ( Säureblockern ) nicht anders zu erwarten war.

Therapie beim Reizdarmsyndrom

Die Therapie wurde mit dem Patienten anhand der vorliegenden Ergebnisse abgestimmt. Dazu zählten Vitamin B12 Spritzen, um den Mangel möglichst zügig auszugleichen. Durch diese Spritzen verschwand das Brennen auf der Zunge innerhalb von 6 Wochen. Desweiteren kamen noch Probiotika, Nahrungsergänzungsmittel, Tees und osteopathische Techniken zum Einsatz.

Lebensgewohnheiten wurden besprochen und eine individuelle Ernährungsberatung durchgeführt.

Nach neun Monaten war der Patient beschwerdefrei.

Die Abgeschlagenheit hatte sich auch gebessert, da der Darm nun wieder in der Lage war, für ausreichend Serotonin zu sorgen.

Frank Reichert  
Praxis für Osteopathie und funktionelle Medizin  
Rösrather Str. 2-16  
51107 Köln

TEL.: 0221 285 22 58

Email: [praxis@osteopathie-reichert.de](mailto:praxis@osteopathie-reichert.de)