



Dr. Sonja Kempinski,
Chefredakteurin

Warum Crohn keine Pasta mag

Mit seinen gut acht Metern Länge von Pylorus bis Anus und seinen 400 bis 500 Quadratmetern Oberfläche hat der menschliche Darm einiges an Angriffsfläche zu bieten. Was von Bakterien, Viren, dem eigenen Immunsystem und anderen Übeltätern auch weidlich ausgenutzt wird. Die Folge: Gebläht, verstopft, gereizt, diarrhöisch oder vom eigenen Immunsystem attackiert sitzen Darm-Kranke in den Wartezimmern der Praxen, quälen sich auf Reisen von Toilette zu Toilette oder reagieren massiv auf bestimmte Nahrungsinhaltsstoffe. Grund genug, dem existenziellen Zentrum unseres Dasein – nämlich der Verdauung – mal einen Schwerpunkt zu widmen. Lesen Sie, warum Kaffeeweißer und Alkohol für CED-Därme Gift sind, was Laktobazillen beim Reizdarm ausrichten können und wie eine Reisediarrhö am besten eingedämmt wird. Das und mehr zum Reizthema Verdauung in unserem Schwerpunkt. Guten Appetit!

Sonja Kempinski

springermedizin.de

Top gelesen von Hausärzten

- **Angiokeratoma scroti: Pünktchen am Anton**
- **3 von 4 Diabetesfällen durch 5 Maßnahmen vermeidbar**
- **Immer wieder Noro-virus Infektionen in einer Boeing 777**

Loggen Sie sich ein und nutzen Sie die Fülle von Beiträgen auf springermedizin.de! Die oben genannten Artikel finden Sie, in dem Sie die Schlagworte in die Suche eingeben.



Von Übelkeit bis Tod Darmreinigung ist keine Wellness!

Die Darmreinigung erfreut sich wachsender Beliebtheit, v.a. im Bereich der alternativen Medizin. Doch sind einer amerikanischen Studie zufolge Übelkeit, Erbrechen, Diarrhö und Bauchschmerzen noch lange nicht die schlimmsten Spuren, die diese Maßnahme hinterlassen kann: Es wird nämlich u.a. über Beckenabszesse, Luftembolien, Rektalperforationen, Gangrän des Peritoneums und sogar über Todesfälle nach Amöbiasis berichtet. Die verabreichten Präparate enthalten häufig Natriumphosphat, Koffein, Probiotika,

Enzyme oder verschiedene Kräuter, einige davon sind mit Ballaststoffen wie Flohsamen, Leinsamen und verschiedenen Laxanzien angereichert. Auf natürlichem Weg sollen sie das Wohlbefinden steigern, Müdigkeit verringern, das Immunsystem und den Kreislauf stärken. Die Sicherheit und Verträglichkeit der Produkte sind dabei keineswegs belegt und dementsprechend von der FDA nicht anerkannt, auch nicht, wenn das Verfahren von Ärzten durchgeführt wird. (st) Mishori R et al, J of Family Practice 2011, 60:454

Probiotika machen Mäuse mutig

➤ Mäuse, die sechs Wochen lang mit einem probiotischen Bakterium gefüttert wurden, zeigten bei Stresstests eine niedrigere Angstreaktion als konventionell ernährte Tiere. Forscher konnten feststellen, dass das „mutigere“ Verhalten – sie sprangen bei Überflutung ihres Käfigs erheblich früher ins Wasser – u.a. mit deutlich niedrigeren Blutwerten für Cortisol korrelierte.

Bravo JA et al, PNAS 2011, online first

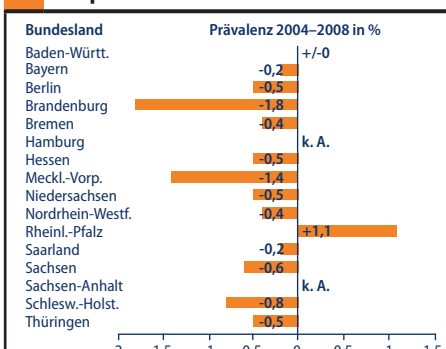
Schon Sigmoidoskopie verrät Darmkrebs

➤ Nicht nur durch die Koloskopie, sondern auch durch einmalige Sigmoidoskopie können Inzidenz und Sterblichkeit durch Darmkrebs signifikant gesenkt werden. Dies ging aus einer randomisierten klinischen Studie aus Italien hervor, an der 34.272 Männer und Frauen im Alter zwischen 55 und 64 Jahren teilnahmen. Die nun vorgestellten Ergebnisse beziehen sich auf eine Zeitspanne von zehn Jahren und zeigen, dass in der Gruppe, die an der Früherkennung teilnahm, im Vergleich zur Kontrollgruppe, die sich nicht untersuchen ließ, sowohl die Inzidenz als auch die Mortalität des Kolorektalkarzinoms deutlich gesunken sind, und zwar resp. um 31% und um 38%. Segnan N et al, J Natl Cancer Inst 2011, 103:1310



Supermaus durch Probiotika?

Adipöse Kinder – etwas schlanker zum ersten Schultag



Laut Daten der Schuleingangsuntersuchungen aus dem Jahre 2008 ist die Prävalenz von Übergewicht und Adipositas bei deutschen Erstklässlern in nahezu allen Bundesländern gesunken. Die absolute Reduktion beträgt dabei bis zu 3% für Übergewicht und bis zu 1,8% bei Adipositas. Moß et al, Eur J Pediatr 2011, online first