

REIZDARM

Das Reizdarmsyndrom ist die wohl häufigste Erkrankung des Magen-Darm-Trakts. Etwa 50 % der PatientInnen, die wegen **gastrointestinaler Beschwerden** einen Hausarzt aufsuchen, leiden daran. Typische Anzeichen sind chronische Bauchschmerzen, die in Verbindung mit Verstopfung, Durchfall und Blähungen auftreten können. Es wird geschätzt, dass weltweit etwa **10-15 %** der Bevölkerung an einem Reizdarmsyndrom leiden, wobei Frauen häufiger betroffen sind.

LEITSYMPTOME

- Bauchschmerzen
- Verstopfung, Durchfall
- Aufgeblähter Bauch, Völlegefühl
- Gefühl der unvollständigen Entleerung
- Blähungen
- Übelkeit
- Kopfschmerzen
- Schlafprobleme, Müdigkeit
- Konzentrationsprobleme
- Depressionen
- Angstzustände

URSACHEN UND PATHOGENESE

- **Genauere Ursachen bisher ungeklärt**
- **Keine organischen Ursachen**
- **Mögliche Auslöser**
 - Chronischer Stress
 - Lebensmittelunverträglichkeiten
 - Darm-Dysbiose
 - Gestörte Darmperistaltik
 - Erhöhte Schmerzempfindlichkeit
 - Entzündungen, Infektionen

THERAPIE

- **Darmtherapie**
 - Probiotika (je nach Befund)
 - Präbiotika (Akazienfasern, 2'FL, scFOS/scGOS)
 - Entzündungshemmung (Phosphatidylcholin, Glutamin)
 - Schleimhaut- und Milieustabilisierende Maßnahmen (Huminsäuren, Zeolith)
 - Bei Histaminüberschuss siehe Kurzübersicht HIT
- **Tryptophan- und Katecholaminmetabolismus regulieren (je nach Befund) z. B.**
 - Tryptophan, Griffonia
 - Evtl. GABA-Substitution
 - Trp-, Serotonin- und/oder GABA-bildende Probiotika
- **Nährstoffmängel ausgleichen**
 - Vitamin B6, D
 - Magnesium, Eisen, Selen
- **Entzündungen und ROS beseitigen**
 - Omega-3-FS, Vit C, Vit E
- **Schulmedizinische Ansätze**
 - Krampflösende Wirkstoffe
 - Substanzen gegen Blähungen
 - Abführmittel
 - Stopfende Substanzen
- **Weitere Ansätze**
 - Blähende Lebensmittel meiden
 - Mehrere kleinere Mahlzeiten am Tag
 - Ballaststoffreiche Ernährung
 - FODMAP-arme Ernährung
 - Ausreichend trinken
 - Stress vermeiden

REIZDARM-DIAGNOSTIK

SA710A REIZDARM BASIS-PROFIL

Material: T909, Fe, OS

Mikrobiomveränderungen

- Mikrobiomanalyse Mini inkl. Candida

Neurotransmitter und -vorstufen

- Tryptophan, Histamin

Ausschluss von Verdauungsstörungen

- Verdauungsrückstände
- Maldigestion (Pankreaselastase, Gallensäuren)
- Malabsorption (α 1-Antitrypsin, Calprotectin)

SA710C REIZDARM KOMPLETT-PROFIL

Material: T909, Fe, OS, EDTA, S

Enthält zusätzlich zum Midi-Profil:

Mikrobiomveränderungen

- Mikrobiomanalyse Midi inkl. Parasiten

Schleimhautrelevante Vitamine

- Vitamin B6, D

SA710B REIZDARM MIDI-PROFIL

Material: T909, Fe, OS

Enthält zusätzlich zum Basis-Profil:

Weitere Neurotransmitter

- Serotonin, GABA

Schleimhautbarriere (Leaky gut)

- Zonulin

Schleimhautimmunität

- slgA

ERGÄNZUNGEN

Bei V. a. SIBO

- B105 SIBO-Atemgastest

Bei V. a. Nahrungsmittelunverträglichkeiten

- B120 Fruktosemalabsorption - Atemgastest
- B110 Laktoseintoleranz - Atemgastest
- B130 Sorbitmalabsorption - Atemgastest
- C044 Vorscreen B
- B170 Gliadin- und Transglutaminase-AK
- B180 Weizenkeimagglutininreaktion