



Helicobacter & Magenspiegelung

Prof. Dr. Volker Ellenrieder beantwortet Fragen zum Thema Gastritis

UNIVERSITÄTSMEDIZIN GÖTTINGEN **UMG**

Extra TIP SPRECHSTUNDE

Übelkeit, Völlegefühl,... das sind Anzeichen einer Magenschleimhautentzündung. Diese Symptome sind aber nicht selten, denn den Magen „verdorben“ hat sich wohl jeder schon einmal. Das macht die Magenschleimhautentzündung, auch Gastritis genannt, so gefährlich. Denn die ersten Warnsignale werden oft übersehen und schlimmer: Bei einer chronischen Gastritis treten sie oft gar nicht so deutlich auf. Unbehandelt kann das zu schwerwiegenden Folge-Erkrankungen führen, in seltenen Fällen sogar zu Magenkrebs.

Es gibt einige Risikofaktoren, die zu einer Magenschleimhautentzündung führen können. Dazu zählen der Genuss von Kaffee und Nikotin sowie die Einnahme von bestimmten Medikamenten, aber auch das Bakterium *Helicobacter pylori* ist häufig der Auslöser. Um ihn drehen sich mehrere Fragen der ExtraTIP-Leser zum Thema Gastritis. Beantwortet hat sie Prof. Dr. Volker Ellenrieder, Direktor der Klinik für Gastroenterologie und gastrointestinale Onkologie an der Universitätsmedizin Göttingen (UMG).

Kann man die Helicobacter-Bakterien auch ohne Magenspiegelung nachweisen?

Ja, neben der so genannten invasiven Methode per Magenspiegelung, kann man einen Befall auch in Stuhlproben nachweisen. Noch empfehlenswerter ist der ¹³C-Harnstoff-Atemtest, bei dem die Stoffwechselaktivität des *Helicobacter pylori* nachgewiesen wird. Das ist eine sehr zuverlässige nicht-invasive Methode zum Nachweis dieser Bakterien.

Wie oft ist Helicobacter überhaupt die Ursache? Wo „holt“

man sich den Helicobacter?

Es werden drei verschiedene Typen von chronischer Gastritis unterschieden, beim häufigsten Typ B ist fast immer *Helicobacter pylori* die Ursache. Es gibt jedoch auch Menschen, die sich mit dem Bakterium angesteckt haben und keinerlei Probleme damit haben!

Helicobacter pylori wird entweder oral-oral oder oral-fäkal übertragen. Die Häufigkeit der Infektionen hängt stark vom Hygienestandard ab. In den Entwicklungsländern ist das Bakterium deutlich weiter verbreitet. In Deutschland wird bereits seit den 80er Jahren getestet und behandelt – auch dadurch sind die Infektionen rückläufig.

Die Infektion kann gut behandelt werden, allerdings nicht mehr ganz so unkompliziert wie noch vor einigen Jahren, da die Bakterien inzwischen Resistenzen entwickelt haben.

Früher gab es immer Hafer-schleim bei „Reizmagen“ – nützt der wirklich etwas? Gibt es sonst noch Hausmittel, die Sie empfehlen können?

Auf jeden Fall hilft Haferschleim einem entzündeten Magen. Es gibt zahlreiche alte Hausmittel, die gut helfen können, wie die Rollkur, Kamillen- und Pfefferminztee oder Milchprodukte. All das macht aber nur bei einer akuten Gastritis Sinn und hilft nicht bei chronischen Erkrankungen! Wenn die Beschwerden länger als ein paar Tage andauern, müssen Sie deshalb dringend einen Arzt aufsuchen.

Der Magenschoner Pantoprazol ist ja Standard für alle, die Medikamente einnehmen müssen. Mit welchen Nebenwirkungen ist hier ernsthaft zu rechnen, wenn man es wie ich (81) seit Jahren nimmt? Gibt es Wechselwirkungen?

Pantoprazol ist auf jeden Fall ein



Prof. Dr. Volker Ellenrieder, Direktor der Klinik für Gastroenterologie und gastrointestinale Onkologie an der Universitätsmedizin Göttingen. *Foto: privat*

sehr gutes und effektives Medikament um den Magen vor Entzündungen zu schützen sowie Reflux und Sodbrennen zu behandeln. Das Präparat ist aber weniger ungefährlich als man lange dachte. Wechselwirkungen gibt es vor allem mit Medikamenten, die die Blutgerinnung beeinflussen. Wer davon betroffen ist, sollte Rücksprache mit seinem Arzt halten.

Wer über einen längeren Zeitraum Pantoprazol einnimmt, hat ein erhöhtes Risiko, an Osteoporose zu erkranken. Auch ein Mangel an verschiedenen Vitaminen kann vorkommen. In beiden Fällen sind entsprechende Untersuchungen zur Vorsorge zu empfehlen.

Wie erkenne ich den Unterschied zwischen einem harmlosen „verdorbenen“ Magen und einer Magenschleimhautentzündung?

Es gilt die einfache Regel: Wenn Magenprobleme länger als ein paar Tage anhalten, sollte man unbedingt einen Arzt aufsu-

chen. Der entscheidet dann, ob er zunächst mit Medikamenten behandelt oder ob Sie zu einem Facharzt gehen sollten. Der wird dann wahrscheinlich mit einer Magenspiegelung der Ursache der Probleme auf den Grund gehen. Eine Spiegelung sollte auf jeden Fall durchgeführt werden, wenn die Beschwerden zwei oder drei Wochen lang anhalten. Diese Untersuchung ist übrigens gar nicht so unangenehm wie ihr Ruf!

Stimmt es, dass die häufige Einnahme von Aspirin-Tabletten zu einer Magenentzündung führen kann?

Bei einer geringen Dosierung nicht, in höheren Dosen über einen längeren Zeitraum steigt jedoch das Risiko. Gleiches gilt für viele andere – häufig frei verkäufliche – Schmerzmedikamente, die Diclofenac oder Ibuprofen enthalten. Auch wenn man diese nur ein paar Tage lang nimmt, sollte man auf jeden Fall zusätzlich einen Magenschutz einnehmen. Auch viele Rheumamedikamente können zu einer Gastritis führen.

Wie groß ist Ihrer Meinung nach die Rolle, die psychische Ursachen wie Stress spielen?

Eine schwierige Frage, denn meist kommen bei einer Magenschleimhautentzündung mehrere Ursachen zusammen. Wer raucht, viel Kaffee trinkt und dann noch im Stress ist, hat schon drei Risikofaktoren auf sich vereint. Psychische Faktoren wie Stress oder Kummer können einem sprichwörtlich „auf den Magen schlagen“. Sie sind aber nicht Ursache der Beschwerden, sondern können sie erwiesenermaßen verschlimmern.

