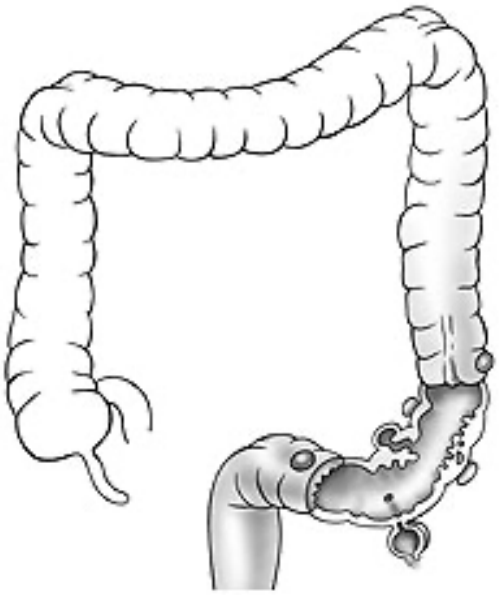
**Dr. med. Axel Hahn / Dr. med. Iffland**
Fachärzte für Innere Medizin und Gastroenterologie
Hermann Hesse Platz 3 75365 Calw

Telefon 07051 – 790 25 0
Telefax 07051 – 790 25 29
info@gastroenterologie-calw.de

# DIVERTICULOSE - Divertikelkrankheit - was ist das?

Es handelt sich hierbei um eine gutartige Ausstülpung der Darmschleimhaut durch Lücken in der Muskelschicht der Darmwand. In den meisten Fällen handelt es sich um sogenannte **Pseudodivertikel**. Hier stülpt sich nur die Schleimhaut (Mucosa) durch Lücken in der Muskelschicht (Muscularis) der Darmwand aus. Bei **echten Divertikeln** - sie sind sehr selten - wird die gesamte Darmwand ausgestülpt.
Es handelt sich also um einige wenige bis zahlreiche Säckchen, welche sich aus der Darmwand herausstülpen und unterschiedlich groß sein können.

→ Divertikel sind das Gegenteil von Polypen (Polypen sind Wucherungen in die Darmöffnung herein und können zu Krebs entarten).



Die **Divertikelkrankheit** umschreibt anatomische Veränderungen der Darmwand (Divertikulose) und ihre möglichen klinischen Folgen und Beschwerden, etwa eine Entzündung (Divertikulitis).

## Ursache:

Eine vorbestehende Wandschwäche - meistens im Rahmen einer allgemeinen "Bindegewebsschwäche". Bei dieser Wandschwäche handelt es sich um Lücken in der Ringmuskulatur, welche in der Regel durch kräftige Bindegewebsschichten gedeckt sind. Mit zunehmendem Alter vergrößern sich diese Lücken, so dass das Risiko damit mit zunehmendem Alter auch steigt.
Eine Erhöhung des Druckes im Darm bei kräftigem Pressen kann auch die Entstehung von Divertikeln begünstigen. Dieses Pressen wiederum entsteht gehäuft bei Verstopfungen, wenn der Stuhl also nicht weich genug ist und starker Druck ausgeübt werden muss. Je weniger Faserstoffe gegessen werden, desto härter wird der Stuhl, desto mehr muss man pressen, desto höher wird der Darmdruck und desto leichter entstehen Ausstülpungen des Darmes nach außen.

## Häufigkeit:

Früher waren Divertikel des Darmes noch eine Rarität. Heute beträgt die Häufigkeit im 5. Lebensjahrzehnt 5-10% und nimmt mit dem Alter bis auf 60% zu! Das heißt ab einem gewissen Alter, mit ca. 60 - 70 Jahre, kann etwa jeder zweite Mensch Darmdivertikel haben. Die Tendenz nimmt jedoch zu, so dass auch zunehmend jüngere Menschen Darmdivertikel ausbilden.

**Dr. med. Axel Hahn / Dr. med. Iffland**
Fachärzte für Innere Medizin und Gastroenterologie
Hermann Hesse Platz 3 75365 Calw

Telefon 07051 – 790 25 0
Telefax 07051 – 790 25 29
info@gastroenterologie-calw.de

## Zeichen der Divertikelkrankheit:

Die meisten Menschen haben keine Beschwerden. Symptom der "harmlosen Divertikelkrankheit" ist der Schmerz, der oft anfallsartigen (kolikartigen) Charakter hat. Häufig finden sich auch bloß dumpfe Druckgefühle im linken Unterbauch (diese erinnern an eine chronische Blinddarmreizung auf der falschen Seite) und allgemeines Unwohlsein. Der Verlauf der Krankheit ist durch immer wiederkehrende Schmerzattacken gekennzeichnet, welche Stunden bis Tage dauern. Häufig klagen Betroffene über Veränderungen des Stuhlganges (abwechselnd Verstopfung und breiige Stühle) sowie einen geblähten Leib

## Diagnose:

Die körperlichen Untersuchung zeigt einen Druckschmerz im linken Unterbauch, mitunter begleitet von einer gut abgrenzbaren, walzenförmigen Verhärtung (durch den entzündeten Darm) als wegweisenden Befund. Die Sicherung der Diagnose erfolgt durch technische Zusatzuntersuchungen mittels Abdomensonographie, Computertomographie (CT) oder einer Darmspiegelung.

## Komplikationen:

Die Divertikel sind, wie gesagt gutartig.
Es können jedoch Komplikationen entstehen:. Zum einen können durch Stuhleindickungen in den Divertikeln spitze, kleine "Kotsteine" entstehen. Diese reizen die Darmwand und können zu Blutungen aus Divertikeln führen. Darüber hinaus können durch chronische Reize von eingedicktem Stuhl in den Divertikeln auch Entzündungen entstehen. Diese Entzündungen der Divertikel (Divertikulitis) tritt in ca. 10-20% aller Divertikelträger im Verlauf auf. Durch die Umgebungs-Entzündung im Bauchraum können Verwachsungen, Abszesse oder ähnliche Komplikationen auftreten.
Die Betroffenen haben dann starke Schmerzen, vor allem im linken Unterbauch. In manchen Fällen können Divertikulitiden wiederholt auftreten, selten jedoch kommt es zu einem Darmdurchbruch (Perforation) mit Abszessbildung.
Die Behandlung richtet sich nach den jeweiligen klinischen Beschwerden der Patienten. Sie findet oft in Absprache mit den Chirurgen statt. In vielen Fällen genügt eine vorübergehende Nahrungspause und Antibiotikatherapie. Im Verlauf der Erkrankung sollte im entzündungsfreien Intervall immer eine Dickdarmspiegelung durchgeführt werden, um andere mögliche Ursachen für die Beschwerden, wie z.B. Polypen oder einen Dickdarmkrebs, auszuschließen.

## Vorsorge – Was kann ich selber tun?

Bei der Divertikulose ohne Symptome wird zur Stuhlregulation und Verhinderung von Komplikationen ballastreiche Kost oder Quellmittel wie indische Flohsamenschalen empfohlen. Es sollte auch eine Reduktion des Fett-Anteiles der Ernährung erreicht werden. Diese Umstellung sollte langsam erfolgen, denn gerade zu Beginn einer Faserstoffanreicherung der Ernährung können vermehrt Völlegefühl und Blähungen entstehen.

**Dr. Hahn / Dr. Iffland**