

## **FAQ: Reizdarm-Sprechstunde**

### **Was ist ein Reizdarmsyndrom?**

Unter einem Reizdarmsyndrom versteht man mehr als 3 Monate andauernde Schmerzen oder Unwohlsein im Bauchraum zusammen mit einer Veränderung in den Stuhlgewohnheiten, für die in den bisherigen Untersuchungen keine rein organische Ursache festgestellt werden konnte. Das Reizdarmsyndrom kann in verschiedene Untergruppen klassifiziert werden, dazu gehören diarrhö-prädominantes (Durchfall, RDS-D), obstipations-prädominantes (Verstopfung, RDS-O) Reizdarmsyndrom und Reizdarmsyndrom mit wechselnden Stuhlgewohnheiten (RDS-M). Häufig finden wir beim Reizdarmsyndrom eine Überlappung mit psychischen Erkrankungen, bzw. eine Verstärkung oder Auslösung der Beschwerden durch psychische Ursachen.

### **Wie häufig ist ein Reizdarmsyndrom?**

Es handelt sich um ein sehr häufiges Krankheitsbild, etwa jeder zehnte Deutsche ist davon betroffen.

### **Welche Beschwerden behandeln wir?**

In unserer Sprechstunde können sich Patienten mit Beschwerden wie Bauchschmerzen, Blähungen, häufigem Stuhlgang, Angst vor Inkontinenz, Durchfällen und Obstipation vorstellen.

### **Warum erfolgt die Behandlung im Institut für psychogene Erkrankungen?**

Das Reizdarmsyndrom ist als funktionelle Erkrankung ein typisches psycho-somatisches Krankheitsbild. Sowohl körperliche als auch psycho-soziale Ursachen können einem Reizdarmsyndrom zugrunde liegen.

Ein häufiges Problem im Verständnis und in der Therapie funktioneller Beschwerden liegt in dualistischen Herangehensweisen. Dabei ist eine einseitige und oberflächliche „Psychologisierung“ ebenso kontraproduktiv wie eine einseitige biomedizinische Sichtweise.

Eine effektive Behandlung von Patienten mit funktionellen Körperbeschwerden wie dem Reizdarmsyndrom erfordert die Kombination somatischer und psychosomatischer/ psychotherapeutischer Elemente.

Experten sind oft uneinig, was einzelne Befunde bedeuten bzw. wann eine somatische Diagnostik „abgeschlossen“ ist; eine langdauernde somatische Ausschluss- anstatt einer biopsychosozialen Paralleldiagnostik führt häufig zur Verzögerung einer adäquaten Therapie. Patienten, die ihre Beschwerden ja real erleben sind durch die Negation („Sie haben nichts“) oft verunsichert.

## Was erwartet mich in der Reizdarmsprechstunde?

- Ausführliche gemeinsame Sichtung und Erklärung der bisher vorhandenen Befunde und Einordnung der erhobenen Befunde in ein biopsychosoziales Krankheitskonzept
- Die Besprechung von „Bagatellbefunden“ oder Normvarianten ohne weitere diagnostische oder therapeutische Bedeutung
- Sichtung der bisherigen Medikation, gegebenenfalls medikamentöse Behandlung
- Orientierend körperliche Untersuchung
- Wenn notwendig Labordiagnostik, EKG
- Zusammenarbeit mit ambulanten Gastroenterologen bei Bedarf an erweiterter Diagnostik
- Ziel ist eine integrative psycho-somatische Einordnung der körperlichen Beschwerden aus biperspektivischer internistischer und psychosomatischer Sicht
- Dem Patienten soll es damit erleichtert werden anstelle einer entweder/ oder-Diagnose eine fundierte biopsychosoziale Sichtweise auf seine Erkrankung zu erlangen um die daraus resultierenden Therapieempfehlungen gut annehmen zu können.
- Die Therapie erfolgt gemäß den S3-Leitlinien zum Reizdarmsyndrom, bzw. anderen gastrointestinalen Funktionsstörungen
- Je nach Indikationsstellung Vermittlung in ambulante Einzel- oder Gruppenpsychotherapie (wenn möglich im Haus)