

Folgende Übersicht für Hausärzte und Patienten soll zur Orientierung bei Diagnostik und Therapie des Reizdarmsyndroms (Diagnosekriterien S3 Leitlinie der DGVS von 2011. S. 242) helfen. Dabei ist zu beachten, dass die Diagnostik im Wesentlichen einen Ausschluß anderer Krankheitsbilder umfasst und die medikamentöse Therapie nur zT Kassenleistung ist.

Strategie Reizdarm/unklare Darmbeschwerden 05/18

Autor Sven Frach

Reizdarmdiagnostik (Basis)

Labor: CrP, gr. BB, Na, K, Ca, Krea, AP, gGT, ASAT, ALAT, Lipase, Zöliakie (Transglutaminase IgG und IgA Ak), Gesamt IgE
wenn IgE erhöht Differenzierung FP5 (Weizen, Ei, Milch, Soja, Nüsse, Fisch/Schalentiere)
Urinstatus
bei Diarrhoe: Stuhl Elastase, Calprotektin, TPE und Clostridien, Parasiten,

Funktionsdiagnostik:

H2 Atemteste Glukose (bakterielle Fehlbesiedlung), Laktose, Fruktose (nach vorangegangenem Diätversuch 14 Tage laktosefrei, 14 Tage Vollkost, 14 Tage fruktosefrei 14 Tage Vollkost (Glukose (50 oder 80 g), Laktose (50 g) Fruktose (37,5 g)
ggf. C13 Atemtest auf HP, evt. Stuhl HP-AG (IGEL-Leistung, außer zur Kontrolle nach Eradikation)

apparative Diagnostik (Befunde besorgen oder durchführen): **Sonografie**

wenn Beschwerden dies zur DD erfordern:

evt. Gastroskopie mit Histologie inklusive Duodenum
evt. Koloskopie mit term Ileum und Stufenbiopsie

Reizdarmtherapie:

diätetische Versuche:

Laktose- und Fruktoseauslass (nacheinander je 14 Tage) wenn Eindruck unverträglich H2-Atemtest s.o.
wenn erfolglos sind Weizen- oder Glutenauslass, oder FODMAP-Diät eine Option

Ernährungsberatung:

(Ernährungsberatung spezielle Berater, sollten gastroenterologisch erfahren sein, Ernährungstagebuch sollte vorher geführt werden, zB: Tagebuch vom Allergie- und Asthmabund, 0,50€)

Medikationen (symptomorientiert und Achtung i.d. Regel Selbstzahlerleistungen, außer*):

Probiotika Yoghurt (zB Yakult oder Activia)
Tabletten (zB. Perenterol, Mutaflor, Symbioflor, Omnibiotic, Lacteol, VSL3)
Antidiarrhoika Flohsamen, Loperamid,
Adsorbentien Colina (Smektit), Kohle, Tannacomb, Activomin
Entbläher/Karminativa:
Simeticon, Meteozym, evt. Oligase,
pflanzliche Präparate
Iberogast, Carmenthin, Carvomin, Abdomilon oder ähnliches
Heilerde
Spasmolytisch Mebeverin*, Buscopan
Antidepressiva Amitryptilin* (Schmerz), Cipramil* (Angst), Mirtazapin* (Schlaf)
Laxantien Makrogol, Bisacodyl, Natriumpicosulfat, (Reserve Resolor)

Physiotherapie: Darmmassage, Reflexzonenmassage, Bindegewebsmassage, Osteopathie

Infomaterial (Auswahl): S3-Leitlinie Reizdarm der DGVS von 2011

Reformhaus Sonderheft 6/15: Gut drauf im Bauch
Giulia Enders: Darm mit Charme
Patientenbroschüre bauchvital.de Lactonova GmbH
weitere Literatur beim Verfasser