

ALLGEMEINMEDIZIN

ALLGEMEINE INNERE FACHMEDIZIN

SPEZIELLE FUNKTIONSUNTERSUCHUNGEN

VORSORGEMEDIZIN

- HERZINFARKTVORSORGE
- SCHLAGANFALLVORSORGE
- HAUTKREBSVORSORGE
- SPEISERÖHRENVORSORGE
- MAGENKREBSVORSORGE
- DARMKREBSVORSORGE
- PROSTATAKREBSSCREENING

SPEZIALSPRECHSTUNDEN

- REIZDARMSPRECHSTUNDE
- HÄMORRHOIDENSPRECHSTUNDE
- INKONTINENZSPRECHSTUNDE
- STRESSSPRECHSTUNDE
- SCHMERZSPRECHSTUNDE
- LEBENSBERATUNG
- AUTOGENES TRAINING
- PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG NACH JACOBSEN

„In Vorsorge für Sie“

Ihr Team der Praxis am Theater



MVZ PRAXIS AM GRILLO-THEATER GMBH

ZENTRUM FÜR VORSORGEMEDIZIN DRES. BOEKSTEGERS & KOLLEGEN

INNERE MEDIZIN | GASTROENTEROLOGIE
PROKTOLOGIE | KARDIOLOGIE
DERMATOLOGIE | ALLGEMEINMEDIZIN

24-STUNDEN-REZEPTHOTLINE
TELEFON 02 01 / 827 20 55

MVZ PRAXIS AM GRILLO-THEATER GMBH
I. HAGEN 26
45127 ESSEN
TELEFON 0201 / 827 200
TELEFAX 0201 / 827 20 10
PRAXIS@DR-BOEKSTEGERS.DE
WWW.DR-BOEKSTEGERS.DE

ZERTIFIZIERT NACH ISO 9001



PRAXIS AM THEATER DRES. BOEKSTEGERS & KOLLEGEN

INFOSERVICE * * * * *

BLÄHUNGEN / METEORISMUS



Qualitätsgemeinschaft
P* Premium Medizin Ruhrgebiet
Ambulante Hochleistungsmedizin
www.premium-medizin.info



Liebe Patientin, lieber Patient,

jeder kennt das Gefühl, „aufgeblasen wie ein Ballon“ zu sein, die Winde nicht richtig abgehen lassen zu können und sich insgesamt krank zu fühlen. In aller Regel handelt es sich bei diesen Blähungen um ein vorübergehendes Problem, manche Menschen leiden jedoch dauerhaft unter ausgeprägten Symptomen dieser Art. Blähungen haben dann eindeutig Krankheitswert.

Die Ursachen sind mannigfaltig – von Grundprinzip her gibt es drei verschiedene Möglichkeiten von Störungen:

„Zuviel Luft rein“:

Sehr viele Menschen schlucken unbemerkt und unhörbar Luft. Dieses kann im Rahmen der normalen Atmung, jedoch auch im Rahmen des Essens stattfinden. Negativ unterstützt werden kann dieser Vorgang auch durch Magenerkrankungen, Speiseröhrenerkrankungen u.v.m.

In aller Regel handelt es sich jedoch um Stress-Symptome, welche ganz unbewusst ablaufen. Bei jedem Luftschluckakt können 200-300 ml Luft durch die Speiseröhre, durch den Magen in den Dünndarm gelangen. Der Weg zurück ist dann in aller Regel nahezu unmöglich.

Diese geschluckte Luft (binnen weniger Minuten oft mehrere Liter) hat dann eine Strecke von 5-6 Metern vor sich, bevor sie abgehen kann. Sie sammelt sich dann im Dünndarmbereich.



Dieser Dünndarm ist wie eine lange Bratwurst im Bauchraum aufgefaltet und kann bis zu 5 Metern lang sein.

Im Dünndarmbereich finden die meisten Verdauungsvorgänge statt, Bauchspeichel- und Gallenflüssigkeit (jeweils 1-2 Liter am Tag) werden zugeführt, die Nahrung wird in diesem wesentlichen Körperabschnitt vorverdaut und endverdaut. Mannigfaltige Erkrankungen und Infektionen können in dieser Region eintreten und sich auch dauerhaft durch das Problem Blähungen bemerkbar machen.

„Zuwenig Gas heraus“:

Neben den normalen Verdauungsgasen von 2-5 Litern am Tag (riechende „Stumpfgase“) produziert jeder Mensch in der Regel mehr als einen Liter geruchloses Edelgas. All dieses findet in der Regel unmerklich und unriechbar statt. Wenn nun im Enddarmbereich eine Problematik vorliegt (Hämorrhoidalerkrankung usw.), können diese Winde häufig nicht genügend abgegeben werden und stauen sich zurück – es besteht das Symptom der Blähungen.

Sehr häufig resultieren Mischungen aus den o. e. Problemen, außerordentlich häufig sind Stress-Symptome oder Probleme der hormonellen Umstellung beteiligt.

Sehr häufig resultieren Mischungen aus den o. e. Problemen, außerordentlich häufig sind Stress-Symptome oder Probleme der hormonellen Umstellung beteiligt.



Zusammenfassung:

1. Chronische Blähungen haben Krankheitswert
2. Chronische Blähungen (Dauer über 10 Tage) verlangen fachärztliche Abklärung
3. Die immer wieder angeschuldigten Pilze sind die seltenste Ursache für Blähungen
4. Eine zuckerfreie, eiweißarme, fettreduzierte und kohlenhydratreiche Diät hilft immer
5. Eine Trink-Therapie mit z.B. Kamillentee, Kümmel- Fenchel- Mischungen ist immer sinnvoll: 5 Liter Tee pro Tag, flüssige Stühle sollten provoziert werden, die körpereigenen Bakterienkulturen durch reichlich Joghurt unterstützt werden und über 3-5 Tage lediglich eine Kartoffel-Reis-Diät einnehmen – häufig sind damit alle Probleme behoben.

Mit besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Ihr Team der Praxis am Theater

„In Vorsorge für Sie“

