

Bei länger anhaltenden
Beschwerden im
Oberbauch sollte ein
Arzt konsultiert werden.

Hilfe bei Gastritis

Barmherzige Brüder St. Veit/Glan 🏥 Zu üppige Speisen, aber auch Medikamente, Stress, Alkohol und Rauchen können zu Gastritis führen, einer Entzündung der Magenschleimhaut, die unangenehme Symptome wie Brennen im Oberbauch hervorrufen kann. Über Ursachen, Diagnose, Behandlungsmöglichkeiten und Vorbeugung informiert der Internist und Gastroenterologe Ass.-Dr. Florian Strasser.

VON KATJA KOGLER



Ass.-Dr. Florian Strasser ist Internist und Gastroenterologe am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan.

Granatapfel: Welche Symptome zeigen Patient:innen mit Gastritis?

Ass.-Dr. Florian Strasser: Zu den typischen Symptomen zählen Oberbauchschmerzen, Übelkeit, Aufstoßen, Erbrechen und ein Druckgefühl im Oberbauch. Es ist wichtig, zu beachten, dass diese Symptome unspezifisch sind und eine genaue Unterscheidung zu anderen Magenkrankheiten oft nicht möglich ist, ohne weitere Untersuchungen durchzuführen.

Was sind die häufigsten Ursachen für Gastritis?

Die häufigste Ursache für Gastritis ist die Besiedelung des Magens mit dem Bakterium *Helicobacter pylori*, das eine Entzündung, also die Gastritis, hervorrufen kann. Diese wird als Typ-B-Gastritis bezeichnet. An zweiter Stelle steht die Typ-C-Gastritis, die durch chemische Einflüsse wie magenreizende Medikamente, insbesondere Schmerzmittel vom NSAR-Typ wie Ibuprofen oder Voltaren, verursacht wird. Auch Alkohol und Rauchen können die Magenschleimhaut erheblich reizen. Ein weiterer Risikofaktor ist Stress, der sich ebenfalls negativ auf den Magen auswirken kann. Seltener ist die Typ-A-Gastritis, bei der das eigene Immunsystem bestimmte Magenschleimhautzellen angreift.

Welche Auswirkungen kann eine chronische Besiedelung mit *Helicobacter pylori* mit sich bringen?

Eine anhaltende Infektion mit *Helicobacter pylori* kann ernsthafte Gesundheitsrisiken bergen, darunter ein erhöhtes Risiko für die Entwicklung von Magenkrebs. Daher ist die Behandlung der *Helicobacter pylori*-Infektion bei nachgewiesenem Vorhandensein entscheidend. Es wird empfohlen, den Therapieerfolg danach durch einen Atem- oder Stuhltest zu kontrollieren, um sicherzustellen, dass die Bakterien erfolgreich behandelt wurden.

Was sind die Hauptunterschiede zwischen akuter und chronischer Gastritis?

Während akute Gastritis in der Regel plötzlich auftritt und sofort behandelt werden kann, kann chronische Gastritis oft asymptomatisch verlaufen und wird häufig erst durch eine Gastroskopie diagnostiziert.

Welche Maßnahmen können Patient:innen selbst ergreifen, um das Risiko für eine Gastritis zu reduzieren oder ihre Symptome zu lindern?

Eine wichtige Maßnahme ist es, die übermäßige Einnahme von NSAR-Schmerzmitteln zu vermeiden, besonders bei älteren Personen. Eine optimale Schmerztherapie sollte immer



Eine unbehandelte
Gastritis kann
zu ernsthaften
Komplikationen
führen.

mit den behandelnden Ärzt:innen abgesprochen werden. Zudem sollten Alkohol und Rauchen vermieden werden. Reduktion von Stress ist ebenfalls hilfreich. Auch die Ernährung spielt eine große Rolle: Scharfe, fettige oder säurehaltige Nahrungsmittel sollten in Maßen konsumiert werden, da sie die Symptome verschlimmern können.

Welche Komplikationen können mit unbehandelter Gastritis verbunden sein?

Eine unbehandelte Gastritis kann zu ernsthaften Komplikationen führen, darunter Magengeschwür, Magenblutungen und sogar Magenkarzinom.

Warum ist es wichtig, Gastritis von einem Reizmagen zu unterscheiden?

Nur durch eine Gastroskopie sowie die anschließende Probenentnahme kann eine verlässliche Unterscheidung erfolgen. Die Unterscheidung ist entscheidend, da die Behandlung unterschiedlich ist. Bei diagnostizierter *Helicobacter-pylori*-Infektion wird in der Regel eine Antibiotika-Therapie verordnet.

Haben Sie einen Rat für Patient:innen mit länger andauernden Oberbauchbeschwerden?

Behandlung und Vorbeugung

- Vermeiden Sie scharfe, fettige oder stark gewürzte Speisen.
- Reduzieren Sie den Konsum von koffeinhaltigen Getränken.
- Essen Sie häufig kleinere Mahlzeiten, um den Magen nicht zu überlasten.
- Verzichten Sie auf das Rauchen.
- Meiden Sie Alkohol.
- Reduzieren Sie Stress.
- Vermeiden Sie die Einnahme von NSAR-Schmerzmitteln wie Ibuprofen oder Voltaren.
- Falls Ihnen Magensäureblocker verschrieben wurden, nehmen Sie diese verlässlich so wie verordnet ein.
- Achten Sie auf gute Hygiene, um Infektionen, insbesondere mit *Helicobacter pylori*, zu vermeiden. Regelmäßiges Händewaschen ist wichtig.

Bei länger anhaltenden Oberbauchbeschwerden ist eine Selbstbehandlung nicht ratsam. Eine medizinische Untersuchung, insbesondere eine Gastroskopie, ist dringend erforderlich, um die genaue Ursache der Beschwerden zu klären. Außerdem ist es gerade bei Typ-A-Gastritis besonders wichtig, regelmäßige Kontrollen mittels Gastroskopie durchführen zu lassen. Diese Kontrollen helfen, mögliche Veränderungen der Magenschleimhaut frühzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Wie können Patient:innen selbst erkennen, ob sie unter Gastritis leiden? Gibt es bestimmte Anzeichen, auf die sie achten sollten?

Patient:innen sollten auf die typischen Symptome achten, wie Oberbauchschmerzen, Übelkeit, Aufstoßen, Erbrechen und ein Druckgefühl im Oberbauch. Aufgrund der unspezifischen Natur dieser Symptome empfehle ich einen Besuch beim Hausarzt, um eine fachgerechte Diagnose zu erhalten. ■