



© fizkes – stock.adobe.com

## Wenn's im Bauch zwickt

**Die Verdauungsorgane sind das Kraftwerk unseres Körpers. Doch das komplexe Verdauungssystem ist anfällig für zahlreiche Erkrankungen, von Sodbrennen oder Durchfall bis hin zu Gelbsucht, chronischen Darmerkrankungen oder Krebs.**

Leiden Sie an einer Erkrankung von Magen, Darm oder eines Ihrer anderen Verdauungsorgane? Nein? Glück für Sie! Falls doch, sind Sie damit bei Weitem kein Einzelfall. Erkrankungen der Verdauungsorgane gehören zu den häufigsten der Deutschen. Laut Deutscher Ge-

sellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen (DGVS) werden jährlich 2,5 Millionen Menschen mit Krankheiten des Magen-Darm-Trakts, der Leber, der Gallenwege oder der Bauchspeicheldrüse im Krankenhaus behandelt – Tendenz steigend.

### Wie wird man krank?

Meist sind es Infektionen oder Entzündungsprozesse in Leber, Darm oder Bauchspeicheldrüse, die zur Entstehung einer Erkrankung im Verdauungstrakt bis hin zu Krebs führen.

Hält die Entzündung nicht lange an, zum Beispiel wenn sie frühzeitig behandelt wird, kann ein gesunder Körper das in der Regel gut wegstecken. Ist sie aber von längerer Dauer und wird vielleicht nicht einmal bemerkt, werden diese chronischen Entzündungsprozesse gefährlich. Betroffen davon sind Menschen jeder Altersgruppe. Solche Entzündungsprozesse schädigen nicht nur die Verdauungsorgane, sondern sind zugleich Ursache einer Vielzahl von Krankheiten außerhalb des Verdauungstrakts.

**Lesen Sie weiter auf Seite 2.**



**4 | Krebs im Verdauungstrakt**



**7 | Wege aus der Adipositas**



**8 | Wenn die Leber müde macht**

Fortsetzung von Seite 1

## Vorsorge ist das A und O

Wichtig ist daher eine wirksame Vorsorge und Prävention. Hierzu gehört in erster Linie ein guter Lebensstil mit gesunder und ausgewogener Ernährung und viel Bewegung. Auch Vorsorgeuntersuchungen spielen eine große Rolle. So lassen sich viele Erkrankungen frühzeitig erkennen und behandeln. Regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen beim Internisten oder Gastroenterologen erhöhen die Erfolgsaussichten einer Therapie und können den Verlauf von Erkrankungen aufhalten oder zumindest verlangsamen. Gehen Sie also nicht nur zum Arzt, wenn Sie Beschwerden im Verdauungstrakt haben, sondern nutzen

Sie ebenfalls die Angebote der gesetzlichen Krankenversicherung zur Darmkrebsfrüherkennung. Im Alter zwischen 50 und 54 Jahren besteht Anspruch auf einen jährlichen Stuhltest. Noch zuverlässiger ist eine Darmspiegelung, die Koloskopie. Männern wird sie ab 50, Frauen ab 55 Jahren empfohlen. In einigen Fällen können Vorsorgeuntersuchungen auch schon vor dem 50. Geburtstag sinnvoll sein, etwa bei einer familiären Vorbelastung oder bei Personen mit chronisch-entzündlichen Erkrankungen des Darms. Hier besteht ein erhöhtes Risiko für Darmkrebs. Bei Fragen oder Unsicherheiten steht der Hausarzt beratend zur Seite. Denn prinzipiell gilt: Unabhängig vom Alter ist es nie zu früh, sich mit der eigenen (Magen-Darm-)Gesundheit auseinanderzusetzen.



## Die Gastroenterologie

betrachtet nicht einzelne Organe, sondern das komplette Verdauungssystem. Auf diese Weise kann sie die vielfältigen Krankheitsprozesse nicht nur in Darm, Leber und Bauchspeicheldrüse, sondern im gesamten Körper verstehen, erkennen und erfolgreich behandeln.



## Expertise der Inneren Medizin

Die Klinik für Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen und Internistische Intensivmedizin (Medizinische Klinik III) an der Uniklinik RWTH Aachen bietet ein breites Spektrum modernster diagnostischer und therapeutischer Möglichkeiten. Für die Untersuchung verfügt die interdisziplinären Endoskopie der Klinik über eine hochmoderne Geräteausstattung. Im Fokus steht eine optimale Patientenbetreuung nach den neuesten verfügbaren Methoden und Standards.



### Die Klinik bietet folgende Sprechstunden an:

- Allgemeine Gastroenterologie
- Hepatologie
- Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen
- Endokrinologie
- Diabetes mellitus
- Adipositas und Ernährung



Einen Termin können Sie telefonisch unter **0241 80-80862** vereinbaren (10:00 bis 12:00 Uhr und 14:30 bis 15:30 Uhr). Oder schicken Sie eine E-Mail mit Ihrer Anfrage an: **Amb-sprechstunde-poliklinik-im3@ukaachen.de**



- **Sprechstunde zur Lebertransplantation**  
Für eine Terminvereinbarung melden Sie sich bitte telefonisch unter 0241 80-35189 (08:00 bis 16:00 Uhr).
- **Gastroenterologische Onkologie**  
Die Terminvergabe erfolgt per Telefon unter 0241 80-89932 (08:00 bis 16:00 Uhr).
- **Privatsprechstunde**  
Einen Termin vereinbaren Sie telefonisch unter 0241 80-80860.



Weitere Informationen: [www.med-klinik3.ukaachen.de](http://www.med-klinik3.ukaachen.de)

# Alarm im Darm: Erkrankungen des Verdauungstrakts

## Speiseröhre

Es entsteht oft nach einer üppigen Mahlzeit oder übermäßigem Alkoholkonsum: saures Aufstoßen oder Sodbrennen. Wenn das Sodbrennen allerdings nicht nur sporadisch, sondern dauerhaft auftritt, also chronisch geworden ist, kann eine **Refluxkrankheit** vorliegen. Dabei funktioniert der Schließmuskel zwischen Speiseröhre und Magen nicht einwandfrei, sodass Mageninhalt zurück in die Speiseröhre gelangt. Wenn er bis in den Mundraum gelangt, wird das typische Brennen ausgelöst.

## Magen

Eine Magenerkrankung äußert sich oftmals in Bauchschmerzen wie einem Druckgefühl oder Druckschmerzen, insbesondere im Bereich des Oberbauchs. Auch Übelkeit, Erbrechen oder Appetitlosigkeit zählen zu den Symptomen. Oftmals verursacht eine Magenschleimhautentzündung, die sogenannte **Gastritis**, diese Beschwerden. Auslöser können Medikamente, übermäßiger Alkohol- bzw. Nikotinkonsum, Bakterien oder Viren sein.

Auch **Geschwüre** oder ein **Reizmagen** sind denkbar. Unter dem Begriff Reizmagen werden vielfältige Beschwerden im Bereich von Magen und Oberbauch zusammengefasst, die sich nicht auf eine eindeutige organische Ursache zurückführen lassen. Bei vielen Betroffenen treten die Beschwerden insbesondere beim oder nach dem Essen auf, oft in Form von Völlegefühl, Druck im Oberbauch – der sprichwörtliche „Stein im Magen“ – und vorzeitigem Sättigungsgefühl

## Darm

Der Darm kann in unterschiedlichem Maße durch entzündliche oder infektiöse Durchfallerkrankungen, aber auch Nahrungsmittelunverträglichkeiten wie Zöliakie (auch Sprue genannt; eine durch Glutenunverträglichkeit verursachte Erkrankung des Magen-Darm-Trakts) betroffen werden. Akute

**Darmerkrankungen** bringen Symptome wie Übelkeit, Erbrechen, Bauchschmerzen und Durchfall mit sich, die nach ein bis zwei Wochen wieder abklingen, ohne Folgen zu hinterlassen. **Chronische Darmerkrankungen** hingegen sind für Betroffene oft ein lebenslanges Problem. Das **Reizdarmsyndrom**, eine relativ häufige Funktionsstörung des Darms, macht sich beispielsweise durch wiederkehrende Bauchschmerzen, Durchfall, Verstopfung oder Blähungen bemerkbar. Bei **chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen** (CED) wie **Morbus Crohn** und **Colitis ulcerosa** kommen Schwäche und Abgeschlagenheit sowie Symptome außerhalb des Verdauungstrakts hinzu, typisch sind die wiederkehrenden Krankheitsschübe. CED können erhebliche Folgen für die Gesundheit haben und die Lebensqualität massiv beeinträchtigen. Sie gehen auch mit einem erhöhten Darmkrebsrisiko einher.

## Bauchspeicheldrüse

Die Bauchspeicheldrüse produziert Verdauungsenzyme – also das für die Verdauung notwendige Werkzeug – und reguliert un-

seren Blutzucker. Ist diese Funktionalität gestört, kann sich ein **Diabetes mellitus**, die sogenannte Zuckerkrankheit, entwickeln. Daneben können auch akute oder chronische Bauchspeicheldrüsenentzündungen auftreten.

## Leber

siehe Seite 8

## Gallengang

Galle ist ein Helfer für die Fettverdauung. Sie wird in der Leber produziert und in der unten an der Leber angesiedelten Gallenblase gespeichert. Über die Gallenwege gelangt sie für die Verdauung in den Dünndarm. Sind die Gallengänge versperrt – etwa infolge verdickter Gallenflüssigkeit, so entstehen **Gallensteine** –, kommt es zu einem Rückstau der Gallenflüssigkeit in die Leber. Die Folge können Gelbsucht, Entfärbung des Stuhls, Dunkelfärbung des Urins und fieberhafte Infektionen sein.

## Betrifft alle Organe: Krebs

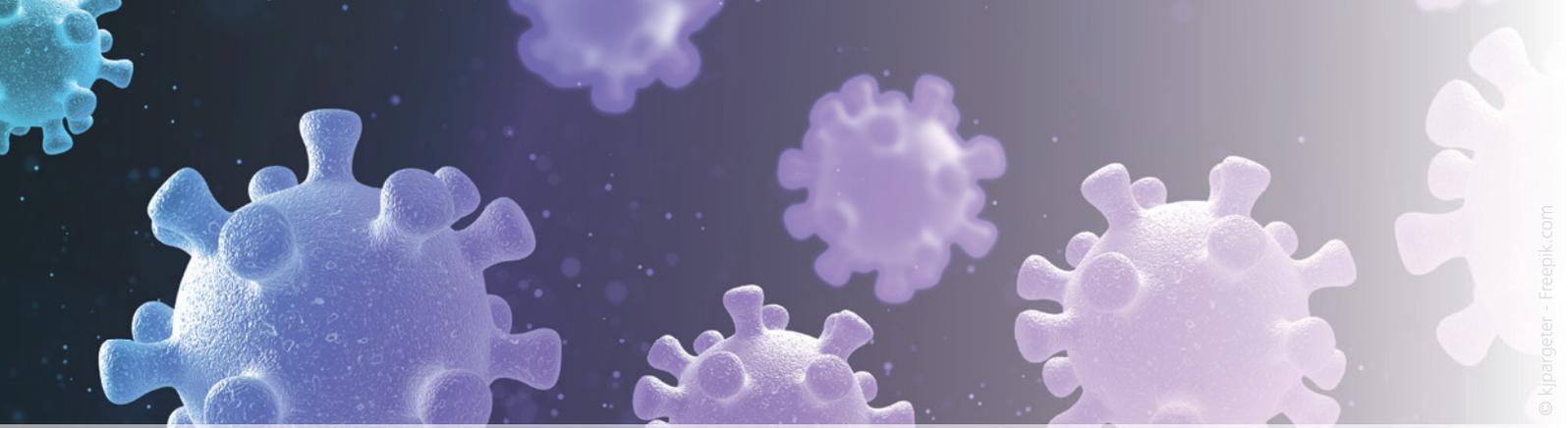
siehe Seite 4

## Richtig oder falsch? Milch hilft bei Sodbrennen

**Falsch.** Da Milch einen leicht sauren pH-Wert hat, ist sie nicht in der Lage, Magensäure zu neutralisieren. Die Annahme, dass das Trinken von Milch die Symptome von Sodbrennen lindert, wirkt wie ein Placebo. Ein Schluck Milch erscheint oftmals lindernd, da die Flüssigkeit die Speiseröhre frei von der Säure aus dem Magen spült. Noch besser lässt sich dies allerdings mit einem Glas Leitungswasser erzielen.

Als wirksames Hilfsmittel, um das brennende Aufstoßen erträglicher zu machen, hat sich Kaugummikauen bewährt: Es regt die Speichelproduktion an, was im Gegensatz zu Milch tatsächlich neutralisierend wirkt.





# Krebs im Verdauungstrakt

Von der Speiseröhre über Magen, Leber und Gallenwege bis zum Darm: Krebs kann alle Organe des Verdauungstrakts betreffen. Zu Beginn von Krebserkrankungen im Verdauungstrakt sind die Beschwerden oft so unspezifisch und uncharakteristisch, dass sie auch eine ganz andere Ursache haben können. Wichtig ist vor allem, genau auf seinen Körper zu hören und Warnzeichen oder Beschwerden ernst zu nehmen. Fällt das Schlucken dauerhaft schwer? Ist der Magen besonders empfindlich? Gibt es Nahrungsunverträglichkeiten, die sich in Schmerzen im Bauchraum, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall oder Verstopfungen bemerkbar machen? Auch Veränderungen oder Blut im Stuhl oder Urin, Appetitlosigkeit sowie ungewollter Gewichtsverlust

oder anhaltende Müdigkeit können Warnzeichen sein. Wenn solche Symptome bei geregelter Lebensführung über längere Zeit anhalten, ist ein Besuch beim Arzt unbedingt ratsam, um den Ursachen auf den Grund zu gehen. In Aachen steht für die Behandlung von Tumoren des Verdauungstrakts das **Viszeral-onkologische Zentrum** an der Uniklinik RWTH Aachen zur Verfügung. Hier bündelt sich die Expertise aus zwei Fachbereichen: der Klinik für Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen und Internistische Intensivmedizin (Medizinische Klinik III) und der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie. Eingebunden ist es in das **Aachener Krebszentrum – Centrum für Integrierte Onkologie (CIO)**.

Das Zentrum bietet einen in der Region einzigartigen Grad an Spezialisierung für die Therapie der jeweiligen Tumore. Die Krebsexperten der Uniklinik beraten Betroffene gezielt in unterschiedlichen Spezialsprechstunden und bieten modernste Diagnose und Behandlungsverfahren.



[www.cio.ukaachen.de](http://www.cio.ukaachen.de)  
→ **Organtumorzentren**



**Univ.-Prof. Dr. med. Christian Trautwein**

Direktor Klinik für Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen und Internistische Intensivmedizin (Med. Klinik III)



## apropos nachgefragt: Darmgesundheit

Eine gesunde Darmflora sorgt nicht nur für eine gute Verdauung, sondern hat auch Einfluss auf das Wohlergehen und die Gesundheit. Gerät dieses sogenannte Mikrobiota aus dem Gleichgewicht, drohen teils ernsthafte Erkrankungen. Im Gespräch beschreibt Univ.-Prof. Dr. med. Christian Trautwein, Direktor der Klinik für Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen und Internistische Intensivmedizin, warum das Mikrobiota mit seinen 100 Billionen Mikroorganismen so wichtig ist und was jeder von uns tun kann, um seine Darmgesundheit zu schützen. Das Video finden Sie bei YouTube.

 [YouTube.com/UniklinikRWTHAachen](https://www.youtube.com/UniklinikRWTHAachen)

# Wunderwaffe im Darm

**Durchfall, Blähungen, Verstopfung – die Darmgesundheit trumpft nicht mit den attraktivsten Gesprächsthemen auf. Völlig zu Unrecht! Der Darm mit seinen Billionen von Mikroorganismen, dem Mikrobiom, ist eine regelrechte Wunderwaffe des menschlichen Körpers. Die Ursachen von Gesundheit und Krankheit liegen oft in der Darmflora und wir täten gut daran, sie im Gleichgewicht zu halten.**

„Wenn’s Arscherl brummt, ist’s Herzerl g’sund!“ Schon Mozart wusste, dass Verdauung mehr als nur die Verarbeitung von Nahrung ist. Ob dem berühmten Komponisten im 18. Jahrhundert allerdings bereits bekannt war, dass für die Darmgesundheit Milliarden von Bakterien verantwortlich sind, darf angezweifelt werden. Fest steht aber damals wie heute: Ohne den Darm läuft immunologisch nicht viel – er beeinflusst das gesamte körperliche und seelische Wohlbefinden.

## Gute Bakterien, schlechte Bakterien

Billionen von Mikroorganismen (Mikroben) besiedeln unseren Darm, darunter hauptsächlich Bakterien, aber auch Pilze und Viren mit einer großen Diversität. Schätzungsweise gibt es 1.000 verschiedene Arten von Darmbakterien. Dabei machen manche Mikroorganismen krank, andere sind für die Gesundheit wichtig. Die Gesamtheit dieser Lebensgemeinschaft wird als Mikrobiom oder Darmflora bezeichnet. Sie entscheidet in hohem Maße über Gesundheit und Krankheit.

„Ist die Darmflora gestört, kann das Auswirkungen auf die Gesundheit haben“, weiß Univ.-Prof. Dr. med. Christian Trautwein, Direktor der Klinik für Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen und Internistische Intensivmedizin (Medizinische Klinik III) an der Uniklinik RWTH Aachen. „Damit der

Mensch gesund bleibt, muss das Gleichgewicht im Mikrobiom stimmen.“

In Sachen Darmbewohner sind also sowohl die „guten“ als auch die „schlechten“ Bakterien wichtig. Sie alle sind winzige Helfer in diesem Mikrokosmos. Dabei kommt es vor allem auf den richtigen Mix an.

## Mehr als nur Verdauung

Die Darmflora erfüllt zahlreiche bedeutsame Funktionen im menschlichen Körper: Sie ist wichtig für die Verdauung und Aufnahme von Nährstoffen, die Abwehr von Keimen und Giften und die Stärkung des Immunsystems. Sie ist aber auch anfällig für Störungen und wird mit vielen Erkrankungen in Verbindung gebracht.

„Unser Lebensstil und unsere Ernährung haben einen entscheidenden Einfluss auf unser Mikrobiom“, erklärt Prof. Trautwein. Auch Kinder, Haustiere, Sport und Job spiegeln sich in der Zusammensetzung des Mikrobioms wider, genau wie die individuelle Umgebung, Gene und Medikamente eine Rolle spielen, vor allem Antibiotika. Jede einzelne Komponente kann Auswirkungen auf unsere Darmflora haben und das Gleichgewicht beeinflussen. „Wer sich beispielsweise auf Dauer nicht ausgewogen ernährt, verringert die Diversität der Darmflora. Und eine Therapie mit Antibiotika zerstört leider auch einen Großteil der nützlichen Bakterien im Darm“, berichtet Prof. Trautwein. So nützlich Antibiotika bei Erkrankungen auch sein können, sind sie doch mit Bedacht zu verwenden – eine falsche Anwendung kann Resistenzen fördern.

Ist die Zusammensetzung des Darmmikrobioms gestört, schadet uns das. Auch sogenannte Pathobioten, das sind Darmkeime mit krankmachenden Eigenschaften, können uns gefährlich werden. Das für uns sonst sehr nützliche Mikrobiom kann dann entzündliche Erkrankungen wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa, aber auch Krebs begünstigen.

Das Darmmikrobiom steht aber nicht nur in Zusammenhang mit Erkrankungen des Darms. Wissenschaftler sind sich sicher, dass schlechte Ernährung, Übergewicht und Darmprobleme direkte Auswirkungen auf den gesamten Körper haben. Veränderungen der Darmflora haben einen unmittelbaren Einfluss auf andere Organe.

## Du bist, was du isst!

Um es gar nicht erst so weit kommen zu lassen, sollten wir vorsorgen. Denn genau wie unser Lebensstil Störungen in der Darmflora herbeiführen kann, können wir das Darmmikrobiom auch positiv beeinflussen. Prof. Trautwein weiß: „Der Schlüssel für eine gesunde Darmflora ist eine präventive Ernährung.“ Auf dem Speiseplan sollten regelmäßig ballaststoffreiche Lebensmittel stehen, etwa Möhren oder Kohl, Äpfel oder Beeren, Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte oder Nüsse und Samen. Eine gute, ausgewogene Ernährung ermöglicht es „guten“ Bakterien, sich anzusiedeln und zu vermehren. Das erhält und fördert eine optimale Mikrobiota.

## Der Darm im Fokus der Forschung

Wann führen Leberschädigungen zu Krebs? Wie interagieren der Darm und das Gehirn, wenn es beispielsweise um Magersucht (Anorexia nervosa) geht? Und was steckt hinter dem Begriff „Darm-Leber-Achse“?

**ERFAHREN SIE MEHR AUF DEM FORSCHUNGSBLOG**  
[WWW.AC-FORSCHT.DE](http://WWW.AC-FORSCHT.DE)



# Der entscheidende Anruf

Ulrich Fomferra hat in seinem Leben viel erreicht: Eine Karriere als Leitender Polizeidirektor in Mönchengladbach, ein erwachsener Sohn, eine glückliche Ehe, Freude am Vereinsleben. Im September 2018 dann die Diagnose Leberkrebs und die Befürchtung, dass schon bald alles vorbei sein könnte. Heute lebt der 69-Jährige dank einer Organ-

„Die Organtransplantation ist eine der effizientesten Therapien, um Mitmenschen ein normales Leben zu ermöglichen, die sonst dem Tod geweiht wären.“

Univ.-Prof. Dr. med. Ulf Peter Neumann

spende mit einer neuen Leber und wird dem unbekanntem Spender immer dankbar sein. Lesen Sie Ulrich Fomferras Geschichte auf [www.apropos-gesund.de](http://www.apropos-gesund.de). Seine persönliche Erfahrung schildert er außerdem sehr eindrücklich in einem Video auf dem YouTube-Kanal der Uniklinik: [youtube.com/UniklinikRWTHAachen](https://www.youtube.com/UniklinikRWTHAachen)

## Experten für chirurgische Fragen

Die Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie an der Uniklinik RWTH Aachen unter Leitung von Univ.-Prof. Dr. med. Ulf Peter Neumann ist eines der größten viszeralchirurgischen Zentren in NRW. Der Schwerpunkt liegt in der onkologischen Viszeralchirurgie mit besonderer Expertise im Bereich der Leber- und Bauchspeicheldrüsenchirurgie.

Zum Leistungsspektrum der Klinik gehören:

- onkologische Viszeralchirurgie
- hepatobiliäre Chirurgie
- Transplantationschirurgie
- minimal-invasive Chirurgie
- Tumorchirurgie
- Behandlung gutartiger Erkrankungen

Für Fragen bietet die Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie verschiedene Spezialsprechstunden an:

- Adipositas (Do. 09:00 Uhr)
- Endokrine Chirurgie (Mi. 13:00 Uhr)
- Hernien (Do. 11:30 Uhr)
- Kinderchirurgie (Mo. und Mi. 14:00 Uhr)
- Kolorektale Chirurgie (Mi. 13:00 Uhr)
- Leber (Di. 14:00 Uhr)
- LTX (Fr. 13:00 Uhr)
- Magen/Oesophagus (Mo. 13:00 Uhr)
- Pankreas (Do. 14:00 Uhr)
- Proktologie (nach Vereinbarung)



Terminvereinbarung über die chirurgische Poliklinik:  
Tel.: 0241 80-89332



## Spezialzentrum für Lebertransplantation

In enger Zusammenarbeit mit der Klinik für Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen und Internistische Intensivmedizin (Med. Klinik III) hat die Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie im Juni 2010 an der Uniklinik RWTH Aachen ein Zentrum für Lebertransplantation eröffnet. Inzwischen konnte schon über 400 Patienten mit einer Spenderleber das Leben gerettet werden (Stand: Februar 2020).

Wenn Sie Fragen zur Lebertransplantation haben, beraten Sie die Transplantationsexperten in der Klinik gerne.



[www.chirurgie.ukaachen.de](http://www.chirurgie.ukaachen.de)

# Krankhaftes Übergewicht: Wege aus der Adipositas

**Über die Hälfte der Erwachsenen in Deutschland ist übergewichtig, fast ein Viertel ist krankhaft übergewichtig. Krankhaftes Übergewicht, auch Adipositas genannt, schränkt nicht nur die Lebensqualität bedeutend ein, sondern kann ernsthafte gesundheitliche Folgen haben. Priv.-Doz. Dr. med. Patrick Hamid Alizai, Leiter des Adipositaszentrums an der Uniklinik RWTH Aachen, klärt im Interview auf.**

## Herr Dr. Alizai: Welche Ursachen hat Adipositas?

**Dr. Alizai:** Adipositas kann mehrere Ursachen haben. Oft spielen falsche Essgewohnheiten und Bewegungsmangel eine Rolle. Es können aber auch genetische Ursachen vorliegen. Weitere Gründe sind zum Beispiel Hormon- und Stoffwechselerkrankungen oder die Einnahme bestimmter Medikamente wie Kortison, Antidepressiva, Hormonpräparate oder Antidiabetika.

## Zu welchen Folgeerkrankungen kann Adipositas führen?

**Dr. Alizai:** Die häufigsten Folgeerkrankungen sind Gelenkbeschwerden, Diabetes mellitus Typ 2, Bluthochdruck oder Fettstoffwechselstörungen. Auch Fettlebererkrankungen und ein Schlafapnoesyndrom sind möglich. Adipositas ist auch häufig mit Depressionen und anderen psychischen Begleiterkrankungen vergesellschaftet. Wir wissen mittlerweile, dass das Risiko für bestimmte Krebsarten wie Endometrium-, Eierstock- oder Spreiseröhrenkrebs erhöht ist.

## Ist eine Adipositaserkrankung überhaupt heilbar?

**Dr. Alizai:** Eine erstgradige Adipositas kann durch eine dauerhafte Ernährungsumstellung und regelmäßige Bewegung in Übergewicht überführt werden. Eine Adipositas zweiten oder dritten Grades lässt sich durch konservative Maßnahmen nur in Ausnahmefällen

langfristig in ein Übergewicht überführen. Die Adipositaschirurgie ist definitiv die erfolgversprechendste Möglichkeit, Adipositas zu „heilen“. Beide Therapien, konservative wie auch operative, erfordern allerdings die Bereitschaft zur dauerhaften Lebensstilumstellung.

## Wer gehört zum Netzwerk des Adipositaszentrums an der Uniklinik RWTH Aachen?

**Dr. Alizai:** Das interdisziplinäre Team besteht aus der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie, der Klinik für Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen und Internistische Intensivmedizin (Medizinische Klinik III) und deren Ernährungs- und Diabetesteam, der Physiotherapie, der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, der Klinik für Plastische Chirurgie, Hand- und Verbrennungschirurgie und der Klinik für Anästhesiologie.

## Welche therapeutischen Maßnahmen gehören zur Adipositastherapie?

**Dr. Alizai:** Zunächst durchläuft jeder Patient ein multimodales Konzept bestehend aus Ernährungsberatung und Rehasport. Beides bieten wir in der Uniklinik RWTH Aachen kostenfrei an. Es folgen endokrinologische Untersuchungen und eine psychologische Evaluation. Wir empfehlen auch die Teilnahme an Treffen der Selbsthilfegruppe. Nach sechs Monaten überprüfen wir gemeinsam mit dem Patienten, ob diese konservativen Maßnahmen zu einer deutlichen Gewichtsreduktion geführt haben und das multimodale Konzept gegebenenfalls verlängert wird.

## Ab wann ist die Adipositas-Operation die beste Wahl?

**Dr. Alizai:** Wenn das konservative multimodale Therapiekonzept keine ausreichende Gewichtsreduktion bewirkt hat oder aus medizinischen Gründen nicht durchgeführt werden kann, ist eine Operation ab einem

BMI von 40 kg/m<sup>2</sup> indiziert. Liegen Adipositas-assoziierte Begleiterkrankungen wie beispielsweise ein Diabetes mellitus Typ 2 vor, ist eine Operation ab einem BMI von 35 kg/m<sup>2</sup> sinnvoll. Kontraindikationen sind schwere, unbehandelte psychische Begleiterkrankungen oder eine Alkoholerkrankung.

## Es gibt mehrere operative Verfahren um Gewicht zu reduzieren. Welche ist die beste?

**Dr. Alizai:** Die beiden wichtigsten Eingriffen sind der Schlauchmagen und der Magenbypass. Beide Operationen werden minimal-invasiv durchgeführt und haben sich seit Jahrzehnten bewährt. Welches Verfahren das jeweils beste ist, wird individuell entschieden und hängt von Begleiterkrankungen, Essgewohnheiten und dem Ergebnis der Magenspiegelung ab.



Priv.-Doz. Dr. med.  
Hamid Patrick Alizai

In der Uniklinik RWTH Aachen finden regelmäßig **Adipositas-Informationsveranstaltungen** statt. Weitere Informationen: [www.adipositas.ukaachen.de](http://www.adipositas.ukaachen.de)

## Übergewicht oder Adipositas?

**Übergewicht** fängt bei einem Body-Mass-Index (BMI) von **25 kg/m<sup>2</sup>** an.

Von **Adipositas** spricht man, wenn der BMI über **30 kg/m<sup>2</sup>** liegt.

Ab einem BMI von **35 kg/m<sup>2</sup>** liegt eine Adipositas zweiten Grades vor, ab **40 kg/m<sup>2</sup>** eine Adipositas Grad 3.

$$\text{BMI} = \frac{\text{Körpergewicht in kg}}{(\text{Körpergröße in m})^2}$$

# Wenn die Leber müde macht

**Fast alles, was in unserem Körper abgebaut, gespeichert, versorgt, sortiert, gewaschen, geputzt, aufgeräumt, reguliert, entfernt oder hinzugefügt wird, geschieht mithilfe der Leber. Fachmann für diese Erkrankungen ist der Gastroenterologe. Ein Teilgebiet ist die Hepatologie, also die „Lehre von den Leberkrankheiten“. Univ.-Prof. Dr. med. Christian Trautwein, Leber-Spezialist und Direktor der Klinik für Gastroenterologie, Stoffwechselerkrankungen und Internistische Intensivmedizin (Medizinische Klinik III) an der Uniklinik RWTH Aachen, im Gespräch rund um unser zentrales Stoffwechselorgan.**

## Herr Prof. Trautwein, warum sind Lebererkrankungen tückisch und oft erst spät zu erkennen?

**Prof. Trautwein:** Ganz einfach: Die Leber enthält selbst keine Nerven, sie tut nicht weh. Nur die Leberkapsel kann im Extremfall schmerzen, oder das Organ ist bereits derart vergrößert, dass es auf umliegende Strukturen drückt, die dann wiederum wehtun. Typische Begleitscheinungen von Lebererkrankungen sind Abgeschlagenheit und Leistungsabfall. Deshalb bezeichnen wir Fachleute auch „Müdigkeit als den Schmerz der Leber“. Die gute Botschaft: Die Leber ist sehr widerstandsfähig und kann auch dann noch ihre Aufgaben erfüllen, wenn sie teilweise geschädigt ist. Zudem kann sie Schäden sehr gut reparieren, solange diese nicht zu schwerwiegend sind. Werden Leberschäden jedoch zu spät erkannt, können diese nicht mehr rückgängig gemacht werden, die Leber vernarbt: Wenn etwa zwei Drittel des Lebergewebes auf diese Weise zerstört sind, versagt sie ihren Dienst.

## Was schadet der Leber – vor allem Alkohol?

**Prof. Trautwein:** Definitiv, aber nicht nur. Auch die Einnahme bestimmter Medikamente, eine Hepatitis-Virusinfektion oder eine Fettleber infolge von Diabetes mellitus oder starken Übergewichts können chronische Leberschäden hervorrufen. Selbst vermeintlich harmlose Dinge wie Zucker, weißes Mehl, Schokolade, Kaffee und frittierte Nahrung sind eine konstante Belastung für die Leber und in großen Mengen ein Problem. Regelmäßige Entgiftung, Fasten und fettarme Ernährung können der Leber helfen und ihr Ruhe verschaffen.



Univ.-Prof. Dr. med. Christian Trautwein

## Was droht bei einer erkrankten Leber?

**Prof. Trautwein:** Wichtig ist eine ausführliche, sorgfältige Untersuchung beim Arzt. Denn je nach Art der Lebererkrankung wird sich die Therapie gestalten. Anhand der Leberwerte im Blut kann der Arzt allerdings Probleme des Entgiftungsorgans früh erkennen und, wenn nötig, eine gezielte Behandlung in die Wege leiten. Wichtige Erkrankungen der Leber sind etwa eine Leberentzündung, ein Tumor in der Leber oder – und das ist die häufigste Erkrankung – eine Fettleber. Sie kann gefährliche Folgen haben. Eine Verfettung der Leber entsteht, wenn das Gleichgewicht zwischen der Zufuhr von Fetten und ihrem Abtrans-

port gestört ist. Die Folge: Fette werden gespeichert. Auch bestimmte Zuckerarten werden in freie Fettsäuren umgewandelt und ebenfalls eingelagert. Das Resultat: Die Leber verfettet. Bleibt die Fettleber lange unerkannt und unbehandelt, verändert sich die Leberstruktur. Es können Entzündungen entstehen und das Gewebe vernarbt.

## Man hört bisweilen Menschen sagen, die Leberwerte seien nicht in Ordnung. Was ist damit gemeint?

**Prof. Trautwein:** Um es nicht zu kompliziert zu machen: Leberwerte geben die Konzentration bestimmter Enzyme im Blut an. Bei einer Leberschädigung werden vier bestimmte Enzyme verstärkt freigesetzt, das können wir messen. Erhöhte Leberwerte erlauben deshalb Rückschlüsse auf eine mögliche Lebererkrankung. Aber bitte Vorsicht: Ein Überschreiten der Enzymwerte kann auch völlig harmlos sein. Der Arzt wird das in weiteren Untersuchungen individuell feststellen.

## Was raten Sie jemandem, der erhöhte Leberwerte senken möchte?

**Prof. Trautwein:** Der Hinweis mag nicht populär sein, aber dafür ist er umso wirksamer: Achten Sie auf Ihren Lebenswandel. Verzichten Sie, soweit es möglich ist, auf Alkohol und nehmen Sie täglich nicht mehr als 60 Gramm Fett zu sich. Trinken Sie genügend, denn dadurch tragen Sie dazu bei, dass die Leber entgiftet wird. Medikamente sollten nur nach Absprache mit dem Arzt genommen werden. Auch vermeintlich harmlose Medikamente können, wenn sie zu lange oder zu hochdosiert eingenommen werden, einen Leberschaden hervorrufen. Reduzieren Sie Stress, denn er erhöht den Cortisol-Spiegel. Auch das belastet die Leber.

## Impressum

**Herausgeber:** Uniklinik RWTH Aachen **Verantwortlicher:** Dr. Mathias Brandstädter **Redaktion:** Dr. Mathias Brandstädter, Christoph Convent, Ina Jencke **Satz und Layout:** Birgit Daph **Fotos:** Uniklinik RWTH Aachen, Adobe Stock, Freepik **Herstellung und Druck:** Hausdruckerei der Uniklinik RWTH Aachen **Anschrift der Redaktion:** Redaktion Uniklinik RWTH Aachen, Pauwelsstraße 30, 52074 Aachen **E-Mail:** kommunikation@ukaachen.de **Auflage:** Uniklinik*visite* erscheint in einer Auflage von 1.000 Stück.