

GALLENSTEINE

Wenn der Genuss von Schweinsbraten und Co zur Pein wird

Dr. Karin Oberhuber

Die Gallenblase liegt unter der Leber im rechten Oberbauch und dient als Speicher für die Gallenflüssigkeit, die eine wichtige Rolle bei der Fettverdauung spielt. Insbesondere bei fettreicher Nahrung zieht sich die Gallenblase zusammen und Gallenflüssigkeit gelangt in den Dünndarm. Gallensteine sind verfestigte Bestandteile der Gallenflüssigkeit. Ihre Größe kann von einigen Millimetern bis hin zu mehreren Zentimetern reichen. Sie können einzeln oder mehrfach vorliegen und entstehen wenn sich die Zusammensetzung der Gallenflüssigkeit ändert. In den meisten Fällen befindet sich ein Übermaß an Cholesterin in der Gallenblase, sodass das Cholesterin nicht mehr gelöst bleiben kann und verfestigt. Die Risikofaktoren für die Entstehung von Gallensteinen werden gerne in der sogenannten 6-F-Regel zusammengefasst (siehe Tabelle) aber auch hohe Blutfettwerte bzw. fettreiche Ernährung spielen eine wichtige Rolle.

Risikofaktoren für die Bildung von Gallensteinen (6-F-Regel):
fair (blond; hellhäutiger Typ)
family (familiär gehäuftes Auftreten)
fat (übergewichtig)
female (weibliches Geschlecht)
fertile (fruchtbar; mehrere Schwangerschaften)
forty (älter als 40 Jahre)

In den westlichen Industrieländern sind 7,5% aller Männer und 15% aller Frauen von Gallensteinen betroffen. Dass Gallensteine bei Frauen häufiger vorkommen hat hormonelle Ursachen. Zumeist machen Gallensteine keine Beschwerden, nur etwa bei einem Viertel aller Betroffenen kommt es irgendwann zu einer Verlegung der Gallengänge und dadurch zu den typischen krampfartigen starken Schmerzen im rechten Oberbauch, den Gallenkoliken, die Minuten oder aber auch Stunden anhalten und in den Rücken oder die Schulter ausstrahlen können. Mit diesem krampfartigen Zusammenziehen der Gallenblase und der Gallengänge versucht der Körper die Steine loszulösen und die Gallengänge freizulegen, was manches Mal auch gelingt. Dann werden die Steine einfach über den Darm ausgeschieden ohne weiter Probleme zu machen. Neben den Schmerzen können auch ein Völlegefühl und Übelkeit nach fettreichem Essen auf Gallensteine hinweisen. Werden die Gallenwege über längere Zeit verlegt kommt es durch den Stau der Gallenflüssigkeit zu einer Gelbfärbung der Augen und der Haut. Auch heller Stuhl und dunkler Harn sowie Juckreiz sind dann charakteristisch und wichtige Warnzeichen.

Ein Arzt sollte aber in jedem Fall auch dann aufgesucht werden wenn Gallensteine von selbst den Weg nach draußen finden, denn haben sich einmal Steine gebildet ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass sich weitere bilden, die neuerlich Beschwerden verursachen. Zudem können Gallensteine zu einer Entzündung der Gallenblase führen. Entzündungsherde können sich von der Gallenblase aus auch auf die umliegenden Organe (Leber, Bauchspeicheldrüse und Zwölffingerdarm) ausbreiten. Dann ist die Gefahr groß, dass es zu einem Versagen dieser Organe kommt was lebensbedrohlich werden kann. Feststellen lassen sich Gallensteine ganz einfach mit einer Ultraschalluntersuchung. Gegebenenfalls wird zusätzlich eine Blutuntersuchung durchgeführt.

Im Akutfall können Schmerzmittel und muskelentspannende Medikamente die Schmerzen lindern, die Therapie der Wahl bei symptomatischen Gallensteinen besteht jedoch in der chirurgischen Entfernung der Gallenblase. Nach der OP kann es sein, dass sich der Darm erst noch daran gewöhnen muss statt über die Gallenblase nur noch über den Lebergallengang mit Gallenflüssigkeit versorgt zu werden. Dadurch kann es insbesondere nach fettreichem Essen zu Übelkeit, Bauchschmerzen, Blähungen und Durchfall kommen. Ohne Gallenblase lebt es sich in der Regel aber sehr gut – sofern man fettes Essen meidet.

Wir vom AMZ wünschen Ihnen und ihren Familien ein besinnliches Weihnachtsfest und schöne Feiertage!