

# Die Divertikel-Krankheit

## des Dickdarms



»» Unsere Essgewohnheiten in den zivilisatorisch hoch entwickelten Ländern führen zusammen mit Bewegungsarmut und Verstopfungsneigung häufig zur Divertikel-Krankheit des Dickdarms, im medizinischen Sprachgebrauch «Kolondivertikulose» genannt.

### Was sind Divertikel?

Divertikel werden als erworbene sackförmige Ausstülpungen aus einer Hohlorganwand bezeichnet. Am häufigsten treten diese Ausstülpungen im Dickdarm, dem Colon, auf. An der Stelle, wo die Blutgefäße durch die Darmwand treten, finden sich kleine Lücken in der Muskelschicht. An diesen Schwachstellen in der Muskulatur entstehen die Divertikel. Da der Stuhl aufgrund faserarmer Kost zu wenig voluminös ist, kommt es zu einer Engstellung und Verkrampfung des Dickdarmes. Als Folge davon stülpen sich die inneren Schleimhautschichten durch den erhöhten Druck im Darm nach aussen. Am häufigsten ist der Dickdarmabschnitt kurz vor dem Mastdarm betroffen, das sog. Sigma, weil sich hier eine anatomisch vorbestehende Hochdruckzone befindet.

Durch die Druckerhöhung im Darm kann Stuhl in diese Ausstülpungen gelangen. Als Folge davon können Entzündungen auftreten, schlimmstenfalls können ähnlich wie bei einer Blinddarmentzündung diese Divertikel platzen und so zu einer lebensgefährlichen Bauchfellentzündung führen.

### Vorkommen und Symptome der Divertikelkrankheit

Divertikulose-Patienten sind meist (aber nicht ausschliesslich) übergewichtig. Die Häufigkeit nimmt mit dem Alter stetig zu: Bei über 50-Jährigen findet man Divertikel in über der Hälfte der Fälle, bei über 70-Jährigen sogar in bis zu 80%. Die Divertikulose verläuft meist symptomlos. Nur bei etwa 30% der Divertikelträger kommt es im Laufe des Lebens einmal zu einer Divertikel-Entzündung. Gelegentlich treten

Krämpfe im linken Unterbauch, Blähungserscheinungen sowie Stuhlunregelmäßigkeiten (Wechsel von Verstopfung und Durchfall) auf. Seltener kann es auch zu Blutungen aus Divertikeln kommen.

### Die Divertikel-Entzündung oder Divertikulitis

Entzündet sich die Wand eines oder mehrerer Divertikel, so spricht man von einer Divertikulitis, oder, da sie meist im Bereich des Sigmas lokalisiert ist, von einer Sigmadivertikulitis. Ist auch die unmittelbare Umgebung von der Entzündung betroffen, so spricht man von einer Peridivertikulitis. Ursache der Entzündung ist Stuhl, der sich in den Divertikeln sammelt. Wenn ein Divertikel platzt, führt der austretende Stuhl zu einer lokalen Eiterbildung oder es kommt im schlimmsten Fall zum Austritt von Ei-

ter oder Stuhl in die freie Bauchhöhle. Dies ist ein lebensgefährliches Krankheitsbild und bedarf einer sofortigen Spitaleinweisung. Das Hauptsymptom der Divertikulitis ist der Schmerz im linken Unterbauch, häufig zusammen mit Fieber. Es ähnelt dem Krankheitsbild der akuten Blinddarmentzündung aber auf der linken Seite statt rechts. Dazu kann es zu einer Änderung der Stuhlgewohnheiten (Wechsel von Durchfall und Verstopfung), Völlegefühl, Übelkeit und Erbrechen, Entzündungszeichen im Blut, gelegentlich Schüttelfrost und Blutung aus dem After kommen. Bei einem sog. «Divertikulitis-Tumor» kann manchmal ein walzenförmiger Tumor im linken Unterbauch getastet werden.

### Wie wird die Divertikulose behandelt?

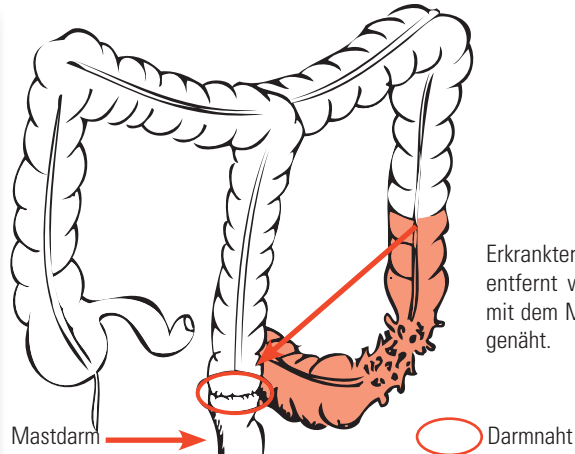
Divertikel, die keine Symptome verursachen, sind nicht behandlungsbedürftig. Allerdings sollte man bei bekanntem Vorliegen von Divertikeln auf eine ballastreiche Ernährung achten, da dies einer Divertikulitis vorbeugt. Auch eine genügende Flüssigkeitszufuhr und körperliche Bewegung wirken sich positiv aus, was notabene nicht nur für die Divertikulose, sondern allgemein für den gesamten Organismus gilt.

### Die Therapie der Divertikulitis

Ein unkomplizierter Divertikulitisschub wird mit Antibiotika behandelt. Im akuten Schub soll sich der Patient ausnahmsweise mit ballastfreier Kost ernähren, um möglichst wenig Stuhl zu produzieren, der durch den entzündeten Dickdarm transportiert wird. Eine Abklärung des Dickdarms durch eine Dickdarmspiegelung im entzündungsfreien Intervall ist beim ersten Schub empfehlenswert, insbesondere um keine anderen möglichen Dickdarmerkrankungen, die sich dahinter verbergen können, zu verpassen. Kommt es zu wiederholten Divertikulitisschüben, so sollte eine Operation zur Entfernung des kranken Darmabschnittes in Erwägung gezogen werden.

### 3 Take-home-Messages

- Die Dickdarm-Divertikel-Krankheit ist eine vermeidbare Zivilisationskrankheit, die hauptsächlich durch falsche Ernährung, Bewegungsarmut und mangelnde Flüssigkeitszufuhr entsteht.
- Beste Vorbeugung ist eine ausgewogene, ballastreiche Ernährung und ein gesundes Mass an Bewegung.
- Ein akuter Schub mit Schmerzen ähnlich einer «linksseitigen Blinddarmentzündung» ist potenziell gefährlich und sollte dringend hausärztlich abgeklärt werden.



**Der befallene Abschnitt (hier das Sigma) wird entfernt und die beiden Darmenden werden zusammengenäht.**

ten einen vorübergehenden künstlichen Darmausgang anlegen muss, der dann mit einer weiteren Operation nach einigen Wochen wieder zurückverlegt werden kann.

#### Die operative Therapie der Sigmadivertikulitis

Das Ziel ist es, den divertikeltragenden Darmanteil operativ zu entfernen. Da es

sich meist um eine Divertikulose des Sigmas handelt, ist die Entfernung des Sigmas, eine sog. Sigmaresektion, die weitest häufigste Operation. Diese Operation wird heute meist laparoskopisch, d.h. mit der sog. «Knopflochtechnik» durchgeführt, wobei für die Bergung des entfernten Dickdarmstücks aus dem Bauchraum im linken Unterbauch ein ca. 8 – 10 cm langer Schnitt nötig ist. Diese Technik führt zu einem kürzeren Heilungsverlauf, weniger

operationsbedingten Schmerzen, kosmetisch besserem Resultat und deutlich reduzierter Arbeitsunfähigkeit. Bereits am ersten Tag nach der Operation können die Patienten wieder trinken und einen Tag später wieder feste Nahrung zu sich nehmen. Bei komplikationslosem Verlauf beträgt die Dauer des Spitalaufenthaltes 4 bis 7 Tage.



Dr. med. Wolfgang Steinke  
Chirurgie FMH  
Enge/Schaffhauserstrasse 245  
8222 Beringen  
052 685 13 63  
Belegarzt der Hirslanden Klinik Belair  
[www.hirslanden.ch/belair](http://www.hirslanden.ch/belair)