

## Pressemitteilung

### Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften

#### Medizin - Kommunikation

09.09.2016

<http://idw-online.de/de/news658765>

Forschungs- / Wissenstransfer, Forschungsergebnisse  
Medizin, Psychologie  
überregional



## Aktuelle Studie zeigt: Darm und Psyche sind eng verbunden

**Rund elf Prozent der Weltbevölkerung leiden unter dem Reizdarmsyndrom. Chronische Bauchschmerzen, Unwohlsein, Blähungen, Verstopfungen und Durchfall schränken die Betroffenen im Alltag stark ein und senken ihre Lebensqualität. Eine aktuelle Studie einer deutsch-amerikanischen Forschergruppe zeigt nun, dass Stress und Angstleiden die Entstehung eines Reizdarmsyndroms begünstigen. Die Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie (DGPM) rät daher dazu, bei einem Reizdarmsyndrom immer auch eine psychosomatische Beratung in Betracht zu ziehen.**

Im Rahmen einer durch die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) geförderten Kohortenstudie, also eine rein beobachtende Studie ohne Eingriffe in das Geschehen, befragten die Experten knapp 2000 Fernreisende. „Ziel der Studie war es, die individuelle Einwirkung psychologischer und demografischer Faktoren wie Alter und Geschlecht, körperlicher Symptome, sowie von Magen- und Darm-Infektionen auf die Entwicklung des Reizdarmsyndroms zu untersuchen“, erklärt Professor Bernd Löwe, Chefarzt der Universitären Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf und an der Schön Klinik Hamburg Eilbek, der die Studie geleitet hat. Er ergänzt: „Insbesondere wurde die Hypothese überprüft, inwieweit psychologische Faktoren wie Ängste oder Stress vorhersagen können, ob ein Reizdarmsyndrom neuentsteht und wie es sich entwickelt.“

Das Ergebnis der Studie: Sowohl das Geschlecht, als auch die Anfälligkeit für Durchfallerkrankungen, aber ebenfalls Stress und seelische Belastungen wie übermäßige Ängste spielen eine Rolle für die Entstehung eines Reizdarmsyndroms. Eine akute Infektion des Magen- und Darmtrakts löst dann in vielen Fällen den Beginn des Reizdarmsyndroms aus. Erhöht wird das Risiko einer Erkrankung durch die Wechselwirkung dieser Faktoren. Zudem waren Frauen deutlich häufiger betroffen als Männer. Auch bei Menschen, die zu Durchfall unter Stress neigten sowie unter Angststörungen litten, trat das Reizdarmsyndrom eher auf.

Für die Experten, die an der Studie mitgewirkt haben, geht hieraus ein ganz klarer Handlungsbedarf hervor: „Die Studie zeigt einmal mehr, dass Psyche und körperliche Beschwerden eng zusammenhängen“, sagt Professor Harald Gündel, Ärztlicher Direktor der Abteilung für Psychosomatik des Universitätsklinikums Ulm und Mediensprecher der DGPM. „Für die Betroffenen geht das Reizdarmsyndrom mit einem hohen Leidensdruck einher. Um eine schnelle, ganzheitliche und nachhaltige Hilfe gewährleisten zu können, ist es wichtig, dass die Betroffenen neben körperlichen eben auch seelische Ursachen in Betracht ziehen und sich frühzeitig psychologische Beratung suchen“, so Gündel. Das gelte insbesondere dann, wenn das Reizdarmsyndrom beispielsweise während oder nach einer seelisch belastenden oder „stressigen“ Lebensphase, oder im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen auftritt. Ist eine unterstützende psychotherapeutische Behandlung zur Behandlung des Reizdarmsyndroms angebracht, lernen die Patientinnen und Patienten dort beispielsweise, mit möglichen Stressoren wie belastenden inneren oder äußeren Einflüssen umzugehen, diese zu bekämpfen und dadurch gezielt die Ursachen des Reizdarmsyndroms einzudämmen.“

Quelle:

Löwe B, Lohse A, Andresen V, Vettorazzi E, Rose M, Broicher W. The Development of Irritable Bowel Syndrome: A Prospective Community-Based Cohort Study. Am J Gastroenterol. 2016;111(9):1320-9.

\*\*\*\*\*

Pressekontakt für Rückfragen:  
Deutsche Gesellschaft für Psychosomatische Medizin und Ärztliche Psychotherapie (DGPM)  
Pressestelle  
Janina Wetzstein  
Postfach 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Tel.: 0711 8931-457; Fax: 0711 8931-167  
wetzstein@medizinkommunikation.org

URL zur Pressemitteilung: <http://www.dgpm.de>