

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Volkskrankheit Steinleiden"

Galle hilft bei der Fettverdauung

Produziert wird das Gallensekret in der Leber, mehr als ein halber Liter entsteht davon jeden Tag. Die nur wenige Zentimeter lange Gallenblase liegt direkt unterhalb der Leber. Sie speichert die Galle und dickt sie ein, ihr Fassungsvermögen beträgt etwa 50 Milliliter.

Bei der Nahrungsaufnahme sorgt das im Darm ausgeschüttete Hormon Cholecystokin für die Zusammenziehung der Gallenblase und die Galle über den Gallengang (Ductus choledochus) in den Darm fließt. Der etwa zehn Zentimeter lange Gang endet im Zwölffingerdarm, einem Abschnitt des Dünndarms. Dort entfaltet das Sekret seine Wirkung, indem es Fette in Lösung bringt und ihre Aufnahme über die Darmwand ermöglicht.

Wenn das empfindliche Lösungsgleichgewicht in der Gallenflüssigkeit gestört ist, kommt es zur Bildung von Gallensteinen. Auch wenn der Abfluss des Gallensekrets gestört ist, beispielsweise durch eine Engstelle oder einen Verschluss im Gallengang, begünstigt das die Entstehung von Gallensteinen.

Bei Frauen ist die Wahrscheinlichkeit fast drei Mal so hoch wie bei Männern, dass sich bei Ihnen Gallensteine finden. Auch bei besonders fettreicher Ernährung, stark erhöhtem Körpergewicht (Übergewicht, Adipositas) und fortgeschrittenem Alter kommen sie häufiger vor als beim Durchschnitt der Bevölkerung.

VON HEIDI MEIER

Jeder sechste Deutsche hat Gallensteine, jeder 25. Nierensteine, und Harnsteinleiden zählen weltweit zu den häufigsten Erkrankungen. Es ist also keine Übertreibung, wenn man Steinleiden als echte Volkskrankheit bezeichnet. Thema sind sie bei der nächsten Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am kommenden Montag, 7. März, im Dattelner St. Vincenz-Krankenhaus.

Die Begriffe Harnsteine, Harnleitersteine und Nierensteine werden häufig synonym benutzt, obwohl das faktisch nicht ganz richtig ist. Nierensteine sind kristalline Ablagerungen (Harnsteine) des Nierenbeckenkelchsystems. Mit dem Eintritt in den Harnleiter werden sie zu Harnleitersteinen und können eine Kolik auslösen.

Bei einer solchen Nierenkolik machen sich wellenförmig auftretende Schmerzen bemerkbar, die meist an einer Flanke beginnen und dann in den Unterbauch ausstrahlen. Hinzu kommen oft Übelkeit und Erbrechen – ein behandlungsbedürftiges Geschehen. Bei unserer Abendsprechstunde erklärt Prof. Dr. Dirk Heimbach, Chefarzt der Klinik für Urologie am Dattelner St. Vincenz-Krankenhaus, darüber auf und erläutert, wie dieses Steinleiden diagnostiziert und behandelt wird.

Koliken bringen es an den Tag

Steinleiden: Diagnose, Behandlung und Ernährung



Auch wenn sie hier noch so hübsch aussehen, wünscht sie sich keiner: Gallensteine. Am kommenden Montag sind sie ebenso wie das Volksleiden Harn- bzw. Nierensteine Thema der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer im Dattelner St. Vincenz-Krankenhaus.

Wer Gallensteine hat, bemerkt dies oft gar nicht. „80 Prozent der Steinträger bleiben im Verlauf ihres Lebens beschwerdefrei und müssen nicht behandelt werden“, berichtet Dr. Jürgen Mais, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Visceralchirurgie / Proktologie am St. Vincenz-Krankenhaus. Kommt es jedoch zu Schmerzen im Oberbauch, die vielleicht auch in

den Rücken oder die rechte Schulter ausstrahlen, ist Handeln angesagt: Die Gallensteine haben sich in Bewegung gesetzt und können ernste Komplikationen herbeiführen. In etwa 20 Prozent der Fälle ist das so. Bei unserer Abendsprechstunde erläutert Dr. Mais neben der Entwicklung von Gallensteinen und den Risikofaktoren, was zu tun ist.

Bei beiden Steinleiden spielt die Ernährung eine wichtige Rolle. Es geht dabei vor allem um Cholesterin sowie die Calcium und Harnsäureausscheidung. Wie sie durch Ernährung günstig beeinflusst werden kann und wie eine gesunde Ernährung Steinleiden vorbeugt, darüber berichtet am diesem Abend Dipl. Oecotrophologin Petra Bertram, die im St. Vincenz-

Krankenhaus als Ernährungsberaterin tätig ist.

INFO Die Abendsprechstunde „Volkskrankheit Steinleiden“ findet statt am Montag, 7. März, um 18.30 Uhr im Pavillon der Schule für Gesundheitsberufe des Dattelner St. Vincenz-Krankenhauses, Kirchstraße 27, 45711 Datteln. Eintritt frei.

INFO

Beratung und Kontakt



Das St. Vincenz-Krankenhaus Datteln.

—FOTO: KALTHOFF

◆ Die Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie / Proktologie des Dattelner St. Vincenz-Krankenhauses wird geleitet von Chefarzt Dr. Jürgen Mais.

Sekretariat: Ulrike Kalmar, ☎ 023 63 / 108-2021, Fax: 023 63 / 108-2019, E-Mail: sekretariat-chirurgie@ajv-vincenz-datteln.de

◆ **Sprechstunden Allgemeine Sprechstunde:** montags 8 – 11 Uhr, mittwochs und donnerstags 8 – 13 Uhr
Hernienschprechstunde: montags 11 – 13 Uhr
Proktologische Sprechstunde: donnerstags 9 – 11 Uhr

Privatsprechstunde: montags und donnerstags 14 – 16 Uhr und nach telefonischer Rücksprache.

Anmeldung für die Sprechstunden: ☎ 023 63 / 108-2025 oder 023 63 / 108-2021

◆ Die Klinik für Urologie des St. Vincenz-Krankenhauses wird geleitet von Chefarzt Prof. Dr. Dirk Heimbach.

Sekretariat: Petra Selle, ☎ 023 63 / 108-2121, Fax: 023 63 / 108-2122, E-Mail: p.selle@vincenz-datteln.de

◆ **Sprechstunden Prostatakarzinomzentrum Ostvest:** mittwochs 14 – 16 Uhr (telefonische Vereinbarung) ☎ 023 63 / 108-2121
Kontinenzzentrum: Termine ☎ 023 63 / 108-2123 (mit Überweisung)

Oberarztsprechstunde: Terminvereinbarung ☎ 023 63 / 108-2123
Privatsprechstunde: telefonische Vereinbarung ☎ 023 63 / 108-2121
Notfälle werden jederzeit behandelt ☎ 023 63 / 108-0

◆ Das St. Vincenz-Krankenhaus Datteln ist Teil der Vestische Caritas-Kliniken GmbH, zu der auch die Vestische Kinder- und Jugendklinik Datteln, das St.-Laurentius-Stift Waltrop und die Kinderheilstätte Nordkirchen gehören. **Kontakt:** Rottstraße 11, 45711 Datteln, ☎ 023 63 / 108-0, Fax 023 63 / 108-2095, E-Mail: info@vincenz-datteln.de
@ www.vincenz-datteln.de

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

@ www.gesund-im-vest.de

ANZEIGE

ABENDSPRECHSTUNDE

Volkskrankheit Steinleiden

- **Gallen- und Nierensteine**

Montag, 7. März 2016, 18.30 Uhr

St. Vincenz-Krankenhaus Datteln, Pavillon der Schule für Gesundheitsberufe, Kirchstraße 27, 45711 Datteln

Moderation: **Bernd Overwien** (Chefredaktion Medienhaus Bauer)

Eintritt frei!

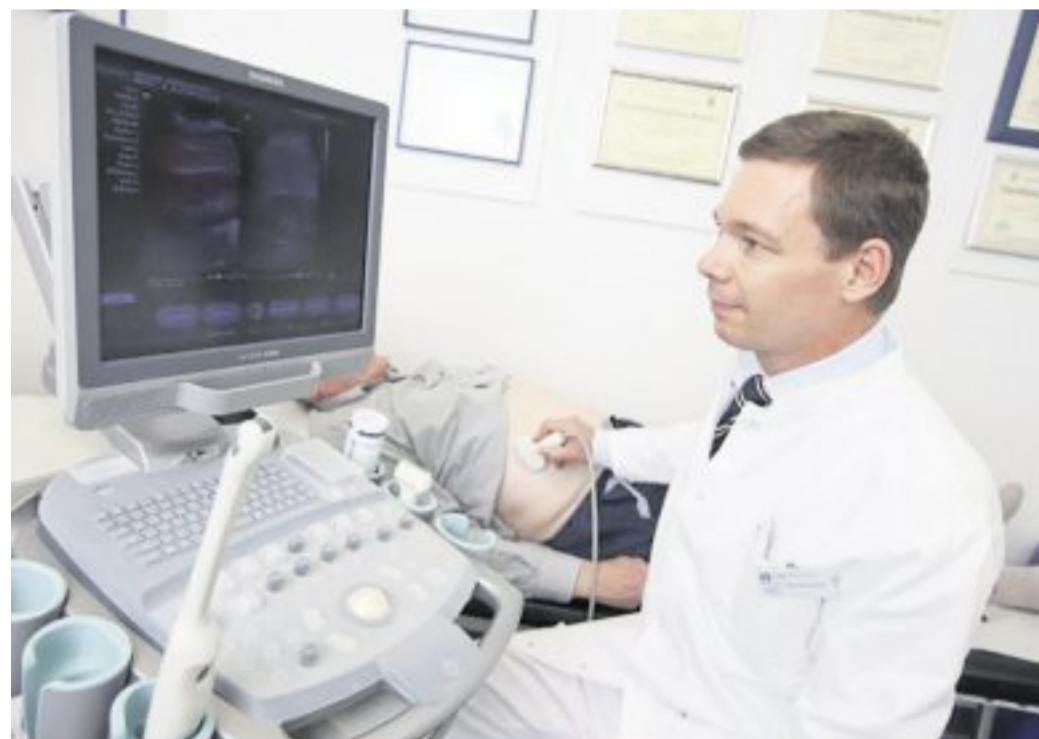
Interessierte Bürger und Patienten fragen, Experten geben kompetente Antworten

Referenten und Themen

Prof. Dr. med. Dirk Heimbach
Chefarzt der Klinik für Urologie St. Vincenz-Krankenhaus Datteln
„Nierensteine – Diagnostik und Therapie“

Dr. med. Jürgen Mais
Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie / Proktologie St. Vincenz-Krankenhaus Datteln
„Diagnose Gallensteine – was ist zu tun?“

Petra Bertram
Diplom-Oecotrophologin Ernährungsberaterin VDOe im Mobil, Abteilung für Physiotherapie und Gesundheitssport St. Vincenz-Krankenhaus Datteln
„Vorbeugung durch gesunde Ernährung bei Steinleiden“



Suche nach den Plagegeistern: Prof. Dr. Dirk Heimbach untersucht einen Patienten mittels Ultraschall auf Nieren- oder Gallensteine im Bauchraum. —FOTO: ST. VINCENZ-KRANKENHAUS

Schmerzen, Übelkeit und Erbrechen

Zufallsbefund Nierensteine:
Häufig bei Erwachsenen zwischen 20 und 50

Statistisch gesehen muss jeder 25. Deutsche damit rechnen, mindestens einmal im Leben Nieren- oder Harnleitersteine zu bekommen. Insgesamt sind mehr Männer betroffen als Frauen. Am häufigsten erkranken Erwachsene im Alter zwischen 20 und 50 Jahren.

Nierensteine entwickeln sich aus Bestandteilen des Urins. Normalerweise sind die Substanzen im Harn gelöst. Lagern sie sich jedoch ab, können sie auskristallisieren. Die meisten Nierensteine bestehen aus Kalziumsalzen. Die Steine sind oft nicht größer als ein Reiskorn, einige wachsen jedoch auf einen Durchmesser von mehreren Zentimetern an, manche füllen das gesamte Nierenhohlraum aus.

Mediziner bezeichnen den Nieren- und Harnleiterstein auch als Nephrolithiasis oder

Urolithiasis. Andere Worte sind auch Ureterstein und Nierenkonkrement.

Bei etwa einem Viertel der Patienten bilden sich immer wieder Harnsteine. Für diese Hochrisikogruppe ist eine spezielle Stoffwechselunter-

Vorbeugung durch Essen und Trinken

suchung sinnvoll. Denn ein maßgeschneidertes Vorbeugungskonzept mit individuellen Trink- und Ernährungsempfehlungen, eventuell ergänzt durch Medikamente, kann helfen, die Bildung weiterer Steine zu verhindern und die Nierenfunktion zu schützen.

Ruhende Steine in der Niere werden oft zufällig bei einer Ultraschalluntersuchung entdeckt. Sie können auch Ursache einer Harninfektion

und von Blut im Urin sein.

Beibehalten die Steine aufgrund ihrer Größe im Harnleiter stecken, lösen sie oft heftige Schmerzen aus. Bei einer solchen Nierenkolik machen sich wellenförmig auftretende Schmerzen bemerkbar, die meist an einer Flanke beginnen und dann in den Unterbauch ausstrahlen. Hinzu kommen oft Übelkeit und Erbrechen. Die Steine führen außerdem zu einer Verletzung der Schleimhaut im Harnleiter. Mikroskopisch ist Blut im Urin sichtbar.

Werden kleine Nierensteine zufällig bei einer Untersuchung bemerkt, müssen sie nicht unbedingt behandelt werden. In manchen Fällen genügen regelmäßige Kontrollen. Voraussetzung: Die Steine bereiten keine Schmerzen, verursachen keinen Harnwegsinfekt und keine Harnabflussstörung.