

Colitis ulcerosa

Was ist eine Colitis ulcerosa?

Die Colitis ulcerosa (Dickdarmentzündung mit Geschwürbildung) ist eine chronisch-entzündliche Darm-erkrankung. Es handelt sich dabei um eine chronische Entzündung des Dickdarmes oder Abschnitte desselben. Die Krankheit ist mit einer Häufigkeit von 50-80 pro 100'000 Menschen insgesamt selten.

Wie entsteht eine Colitis ulcerosa?

Die Ursache ist unbekannt. Die Colitis ulcerosa ist eine Krankheit, welche vor allem in den Industrieländern und familiär gehäuft auftritt. Im Gegensatz zum Morbus Crohn ist die Colitis ulcerosa immer auf den Dick-darm beschränkt und dehnt sich nicht auf andere Anteile des Verdauungstrakts aus. Die Krankheit wird oft während der Adoleszenz oder im frühen Erwachsenenalter zum ersten Mal offenkundig.

Wie äussert sich eine Colitis ulcerosa?

Die Dickdarmentzündung verursacht Durchfall, krampfartige Bauchschmerzen und oft blutige Stühle. Wie beim Morbus Crohn kann es zu Hautveränderungen, Gelenkschmerzen und bei Kindern zu Wachstums-verzögerung kommen.

Wie kann eine Colitis ulcerosa diagnostiziert werden?

Die Diagnose wird auf Grund der beschriebenen Beschwerden vermutet. Wichtig ist die Abgrenzung zu infektiösen Dickdarmentzündungen (Bakterien, Viren und Parasiten), die ebenfalls zu blutigen Durchfällen führen können. Eine Bestätigung der Diagnose wird durch eine Darmspiegelung sowie durch die mikrosko-pische Untersuchung der dabei entnommenen Gewebeproben erreicht (Abb. 1).



Abb. 1: Schwer entzündeter Dickdarm mit Geschwür

Wie wird die Colitis ulcerosa behandelt?

Wie beim Morbus Crohn hat die Colitis ulcerosa eine Tendenz zum chronischen Verlauf. Eine definitive Heilung mittels medikamentöser Behandlung wird oft nicht erreicht. Die entzündliche Aktivität kann jedoch mit entzündungshemmenden und immunsuppressiven Medikamenten unterdrückt werden, so dass die klinischen Beschwerden verschwinden. Sofern die Erkrankung sich auf den Mastdarm beschränkt, wird immer primär eine lokale Therapie mit Zäpfchen oder Einläufen versucht. Selten ist die Erkrankung resistent gegenüber der medikamentösen Behandlung. In diesen Fällen muss eine operative Entfernung des Dickdarms in Betracht gezogen werden. Dadurch kann die Krankheit geheilt werden. Dank den heute aber verfügbaren potenten Medikamente wie Infliximab, Adalimumab, Vedolizumab und weiteren, welche als Infusion oder Injektion alle paar Wochen appliziert werden und gezielt einen Botenstoff in der Entzündungsentstehung blockieren, ist eine operative Entfernung des Dickdarms glücklicherweise nur noch sehr selten notwendig.

Wie ist die Prognose?

Wie der Morbus Crohn ist auch die Colitis ulcerosa eine chronische Erkrankung. Phasen von hoher Entzündungsaktivität mit starken Beschwerden können sich abwechseln mit Phasen, in denen die Krankheit ruht und die Betroffenen sich völlig gesund fühlen. Durch die medikamentöse Therapie können diese Ruhephasen verlängert werden. Die zeitweiligen Entzündungen des Dickdarmes erhöhen das Risiko, einen Dickdarmkrebs zu entwickeln. Sie benötigen deswegen regelmässige Vorsorge-Dickdarmspiegelungen. Wann bei Ihnen eine solche Nachfolge-Untersuchung empfehlenswert ist, teilen wir Ihnen gerne mit.

Gibt es eine spezielle Diät bei Colitis ulcerosa?

Die Colitis ulcerosa wird weder durch Faktoren der Ernährung verursacht noch kann sie durch eine spezielle Diät kuriert werden. Eine ausgewogene Ernährung kann aber einer Gewichtsabnahme entgegenwirken und sich so positiv auf den Krankheitsverlauf auswirken.

Ernährungsempfehlung im akuten Schub

Da sich die Ernährung im akuten Schub schwierig gestaltet und sich von der Alltagskost unterscheidet, ist eine Beratung durch erfahrene Fachpersonen wichtig. Die Verbesserung des Ernährungszustandes bei gleichzeitiger Entlastung des kranken Darms kann durch das Einnehmen von speziellen Trinknahrungen verbessert werden. In seltenen Fällen ist eine künstliche Ernährung notwendig.

Empfehlungen für die Ruhephasen, in denen die Krankheit nicht aktiv ist

Empfehlenswert ist eine ausgewogene Mischkost mit dem Meiden von Speisen, die schlecht vertragen werden. Das Führen eines Ernährungstagebuches unter fachgerechter Begleitung kann sehr hilfreich sein, um individuelle Unverträglichkeiten ausfindig zu machen. Die Ernährungsberatung wird Ihnen helfen, Alternativen für die gemiedenen Lebensmittel zu finden. Täglich mehrere kleinere Mahlzeiten zu essen kann helfen, trotz wenig Appetit genügend Energie und Nährstoffe aufzunehmen.

Was ist bei der Colitis ulcerosa besonders zu beachten?

Chronische Sickerblutungen sind häufig und führen zu einer Eisenmangelanämie. Achten Sie allgemein auf eine eisenreiche Ernährung (Fleisch, Vollkornprodukte, grünes Gemüse). Bei gleichzeitiger Einnahme von Vitamin-C-reichen Lebensmitteln (Beeren, Zitrusfrüchte und deren Säfte, Kohlgemüse, Peperoni) können Sie die Aufnahme von Eisen erhöhen. Unter ärztlicher Kontrolle können Eisenpräparate eingenommen werden. Eine Calcium- und Vitamin D3-Substitution ist empfehlenswert.

Gibt es eine Patientenvereinigung?

Sie erhalten viele gute Tipps und Information bei der SMCCV – der Schweizerischen Morbus Crohn / Colitis ulcerosa Vereinigung, 5001 Aarau, Telefon 062 824 87 07, E-mail welcome@smccv.ch. Am besten besuchen Sie die SMCCV auf ihrer homepage unter www.smccv.ch.