

„Was hilft gegen die lästige Luft im Bauch, Herr Doktor?“

Sie kommt mit zwei ausgedruckten Seiten aus dem Internet zur Sprechzimmertür herein. Meine 70jährige Patientin, hat seit geraumer Zeit mit Völlegefühl, Bauchschmerzen und vor allem Luft im Bauch zu kämpfen. Sie ist ehemalige Lehrerin und sehr auf ihr Äußeres bedacht. Da ihr das Wort „Blähungen“ peinlich ist, nennt sie ihre Beschwerden „ihr Gluckern“ und das passt so gar nicht in ihr aktives Leben. Zudem plant sie jetzt eine längere Urlaubsreise auf einem Kreuzfahrtschiff – drei Wochen Südsee. Damit im Speisesaal bitte niemand hört, „was in ihrem Bauch so vor sich geht“, bittet sie mich, ihr bei der Auswahl eines passenden Medikaments zu helfen. Ich werfe einen Blick auf die Blätter: bedruckt mit vielen Namen frei verkäuflicher Präparate, alle gegen Verdauungsstörungen. Sie findet sich nicht zurecht. Ich ordne viele davon zwar als gut wirksam ein, aber zu wenig hilfreich gegen Blähungen. Glücklicherweise

waren sämtliche Voruntersuchungen, wie Magen- und Darmspiegelung, Ultraschall und verschiedene Tests, ohne Befund. Es gibt also keine fassbare Ursache für die Beschwerden meiner Patientin – und doch leidet sie darunter. Wir Mediziner stellen in diesen Fällen dann die Diagnose „funktionelle Magen-Darmbeschwerden“, „Reizmagen“ oder „Reizdarm“.

Sie will die Luft und Schmerzen im Bauch endlich loswerden

„Ich möchte eine natürliche Behandlung“, bittet sie und spricht damit einen Wunsch aus, den ich so oft höre. Doch leider gibt es nur wenig wirklich hilfreiche Arzneimittel bei funktionellen Magen-Darmbeschwerden. Ich frage sie nach ihrem Lieblingstee: „Pfefferminze“, sagt sie gleich. Da fällt mir etwas ein: Pfefferminze und Kümmelöl, hoch dosiert – das könnte man bei ihr doch versuchen, wenn sie ohnehin Pfefferminztee mag und nicht allergisch darauf

reagiert. Ich nehme mir erneut ihre ausgedruckten Blätter vor: Darauf steht auch ein Präparat namens Carmenthin. Das passt. Ich rate ihr zur täglichen Einnahme laut Packungsanweisung.

Mit Pfefferminze und Kümmelöl geht es auf die Reise

Ich empfehle ihr: Wenn das Carmethin auf See „mal nicht reicht“, soll sie bei stärkeren Bauchkrämpfen stattdessen Butylscopolamin (beispielsweise Buscopan) einnehmen – maximal sechs Tabletten am Tag, vor dem Essen. Es ist aber nur als „Notfallmedikament“ gedacht, denn es kann Schwindel und Benommenheit auslösen, auch, wenn der Wirkstoff ebenfalls aus der Natur entstammt.

Nach der Reise berichtet mir meine Patientin fröhlich, dass Pfefferminze und Kümmelöl bestens funktioniert hätten: „Niemand hat meine Probleme bemerkt, weil sie fast weg waren ...“

Dr. med. Dierk Heimann

Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislaufkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

