

# „Dieses Thema ist mir peinlich, Herr Doktor...“

**Dr. med. Dierk Heimann**  
 ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.  
[www.ihr-hausarzt-in-mainz.de](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)

**Ü**ber dieses Thema reden die meisten Patientinnen und Patienten nicht gerne, obwohl es sie belastet – und sie schon alles Mögliche dagegen versucht haben: ständiger Durchfall. Auch die 58-Jährige spricht es nur an, weil ich sie bei der CheckUp-Untersuchung gezielt danach frage. „Ist Ihr Stuhlgang normal?“ Verschämt blickt die Angestellte weg und sagt leise, dass sie seit Jahren unter Durchfall leide. „Ich weiß gar nicht mehr, wann es angefangen hat, Herr Doktor.“ Mich beruhigt, dass der Durchfall schon lange besteht. Damit ist etwas akut Bedrohliches unwahrscheinlich. „Hängt es mit dem Essen zusammen?“, frage ich. Ich versuche, erste Hinweise auf Nahrungsmittelallergien oder Unverträglichkeiten zu finden. Sie verneint. „Wird es unter Stress schlimmer?“ Auch hier: Fehlanzeige. Unser Verdauungstrakt reagiert oft sensibel auf psychische Belastungen. Gerade bei feingestimmten Menschen. Der Volksmund weiß das seit ewigen

Zeiten. Er sagt deshalb zum Beispiel: „Das schlägt auf den Magen.“ Aber wenn all das nicht die Ursache ist: Was ist es dann?  
**Was zeigt die Blutuntersuchung?**  
 Ihre Laborwerte zeigen nichts Auffälliges. „Haben Sie es einmal mit Flohsamen versucht? Zwei Teelöffel in etwas Wasser eingeweicht?“ Sie nickt. „Das habe ich alles durch. Es hilft nichts. Und eine Darmspiegelung mache ich nicht, Herr Doktor.“ Damit nimmt sie mir das vorweg, was ich nun vorgeschlagen hätte. „Haben Sie denn Gewicht verloren? Oder ist der Stuhlgang ab und zu rot oder schwarz?“ Zwei wichtige Fragen, die auf Warnzeichen abzielen. Wieder nichts. Meine Patientin lebt zwar schon lange mit ihrem immer wiederkehrenden Durchfall. Ihr Körper kommt aber offensichtlich dennoch an die meisten Nährstoffe. Mir fällt noch eine Frage ein. „Schwimmen manchmal Fettsäuren in der Toilettenschüssel?“ Wieder wirkt sie peinlich berührt und nickt schließlich. Könnte es die Bauchspeicheldrüse sein?

**Schnelle Hilfe**  
 Die Laborwerte der Bauchspeicheldrüse sind zwar normal, doch das Organ sondert wichtige Verdauungsenzyme in den Darm ab. Unter anderem die Lipase. Sie zerlegt das Fett in der Nahrung. Findet das nicht oder nur unzureichend statt, können Durchfall und Bauchschmerzen die Folge sein. Ich teile ihr meinen Verdacht mit. „Vielleicht funktioniert Ihre Bauchspeicheldrüse nicht richtig.“ Nun wird sie unruhig. „Oh, nein! Ist es womöglich Krebs?“ Ich schüttele den Kopf. „Nein. Wir nennen das eine exokrine Pankreasinsuffizienz“, sage ich. „Wir können die sogenannte Elastase in einer Stuhlprobe bestimmen. Ist zu wenig vorhanden, steht die Diagnose fest.“ Ein paar Tage später bringt sie eine Stuhlprobe. Tatsächlich ist ihr Wert deutlich zu niedrig. Ich verschreibe ihr Pankreasenzyme als Tablette. Bereits am nächsten Tag ist der Durchfall besser. Hätte sie ihr Problem früher angesprochen, wäre ihr jahrelanges Leiden erspart geblieben ...



**DIERK HEIMANNS NEU! YOUTUBE-CHANNEL**

## WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRD

Dr. Heimanns Kolumne verfolgen jede Woche einige Millionen Leserinnen und Leser. Da wir leider nicht mehr jede Frage persönlich beantworten können, haben wir ihn und sein Team gebeten, auf die häufigsten Fragen in einem Video einzugehen – verständlich, umfassend und medizinisch auf dem aktuellsten Stand. Jede Woche neu!

**Wenn auch Sie eine Frage haben:**

Hinterlassen Sie uns gern Ihr Anliegen. Bitte beachten Sie jedoch: Dr. Heimann kann leider nur allgemeine Fragen beantworten. Reichen Sie daher bitte keine Befunde oder persönlichen Unterlagen ein.

**Dr. med. Dierk Heimann**  
 Postfach 23 00 63  
 55051 Mainz

**Telefon:**  
 0800 9863373  
**E-Mail-Adresse:**  
[frage@hausarzt-kolumne.video](mailto:frage@hausarzt-kolumne.video)

**So gelangen Sie zu den Videos:**  
<http://www.hausarzt-kolumne.video>

Oder aktivieren Sie die Fotokamera Ihres Handys und nehmen Sie diesen QR-Code ins Visier.



**FÜR IHRE GELENKE**

## ENDLICH WIEDER MITTEN IM LEBEN!



Das Trink-Kollagen mit natürlicher Hagebutte – plus Vitamin C für:

- ▶ eine gesunde Kollagenbildung
- ▶ eine normale Funktion von Knorpeln und Muskeln
- ▶ gut verträglich und mit Medikamenten kombinierbar

Optimale Ergänzung von außen: **CH-Alpha® Gelenk-Gel**



**CH-Alpha PLUS**

Deutschlands Kollagen-Spezialist Nr.1\* – Infos unter [www.ch-alpha.de](http://www.ch-alpha.de)  
 Erhältlich in Ihrer Apotheke

CHAP\_PAN\_1222 \*DatamedIQ 11/2022

## PACKT DEN ATEMWEGS- INFEKT\* MIT DER WURZEL

- Bekämpft die Infekt-Erreger
- Lindert die Symptome
- Beschleunigt die Heilung

Wirkt gegen die Ursache des Atemwegsinfekts\* mit der Wurzel der südafrikanischen Kapland-Pelargonie.

**Umckaloabo®**  
 Unausprechlich, aber ausgesprochen gut®

\*bei akuter Bronchitis  
 Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

**Umckaloabo®** Wirkstoff: Pelargonium-sidoiides-Wurzeln-Auszug. **Anwendungsgebiete:** Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe U/01/09/22/08