

Obstipation

Def.: - >3d
- von Beschwerden abhängig

Chronisch:

Ursachen:

- Medikamente:
 - Opiate, Codein
 - kalzium- und aluminiumhaltige Präparate gegen Sodbrennen
 - Antidepressiva
 - Anticholinergika
 - Laxantienabusus
 - Diuretika
 - Eisen
 - Psychopharmaka
 - Antikontrazeptiva
- Ernährung:
 - Ballaststoffarme Ernährung
 - wenig trinken
 - wenn man Kaffee plötzlich weglässt
 - bestimmte Diäten (mit Pulver, aber auch ballaststoffarm)
 - Weißbrotprodukte
 - Kinder können auf Apfelsaft obstipieren
 - Fasten ohne vorher abzuführen
- Stoffwechsel:
 - Hypothyreose
 - Kaliummangel
 - Denervierung des Darms durch Diabetes Mellitus
 - Mukoviszidose
 - mit Rauchen aufhören
- Vaskulär:
 - Apoplex (durch verminderte Bewegung?)
- Schwangerschaft
- wenig Bewegung
- Psychisch:
 - Kinder, die nicht auf die Toilette gehen wollen
 - Ekel vor Toilette, z.B. auf Reisen in andere Länder

- Abweichungen vom normalen Tagesrhythmus
- Reizdarmsyndrom
- neurologisch: - Morbus Hirschsprung
 - (MS)
- traumatisch: - Querschnittslähmung
 - Analfissuren (Stuhlgang mit starken Schmerzen verbunden → Vermeidung von Stuhlgang)
 - post-OP (paralytischer Ileus)
- mechanisch: - Stenosen
 - Briden, Tumore
 - Strikturen
- Entzündungen (paralytischer Ileus)

Diagnostik:

- Anamnese
- klinische Untersuchung:
 - Abdomen
 - digital rektale Untersuchung (wenn Anamnese verdächtig, laut Lehrbuch immer)
- Abdomensonographie: Megacolon? viel Luft? Metastasen in Leber? Zysten (am Ovar)?
- Labor: einmal Basisdiagnostik: THS, kl. BB, Niere, Leber, Kalium, Calcium, BKS
- Darmspiegelung

Therapie:

- Allgemeinmaßnahmen: ausreichend Trinken, Bewegung, Ballaststoffreiche Ernährung, morgens nach dem Aufstehen 2 Gläser Wasser + Bauch massieren im Uhrzeigersinn + Stuhltraining (regelmäßig zur gleichen Zeit den Darm anregen, auf Toilette setzen, Geduld haben) + ggf. Beine auf Hocker stellen, um bessere Lage zur Stuhlentleerung einnehmen zu können
- Ernährung:
 - Dörripflaumen, Leinsamen mit viel Wasser
 - Butter oder Öl
 - Abführtees
- Medikamente:
 - Movicol:
 - gut verträglich (macht keine Blähungen)
 - nur bei Opiatpatienten auf Kassenrezept
 - bessere Wirkung mit Bisakodyl (=Dulcolax, wirkt darmanregend)
 - Laktulose:
 - mehr Nebenwirkungen als Movicol
 - von unten:
 - Dulcolax + Lecicarbon (Kohlensäure): mechanischer Reiz durch Luft (z.B. bei bettlägerigen Altenheimpatienten)

- Glycilax (Zäpchen) z.B. bei Kindern
- Hebe-Senk-Einlauf

akute-

- Ursachen:**
- Briden
 - Post-OP
 - Stenosen
 - Entzündungen
 - Reisen

Diagnostik und Therapie wie bei chron. Obstipation