

Wenn der Magen schmerzt

Unangenehmes Drücken oder gar krampfartige Magenschmerzen können vielfältige Ursachen haben. Jetzt – nach dem üppigen Essen der vergangenen Feiertage – ist der Magen vielleicht einfach überfordert: zu viel Fett, zu viel Süßes oder zu viel Alkohol bei der Silvesterparty... Akute Beschwerden können aber auch durch Magen-Darm-Infektionen, starke Blähungen oder Verstopfung oder durch eine *Helicobacter pylori*-Besiedlung hervorgerufen werden. Nicht selten steckt aber Stress oder psychische Belastung dahinter. Besonders schwierig sind Bauchschmerzen bei Kindern zu deuten: neben den o.g. Ursachen können sich auch beginnende Infektions- oder Kinderkrankheiten oder auch Schulprobleme als Bauchschmerzen äußern.

Wenn auch Magenschmerzen meist harmlos sind, so darf man sie nicht als Bagatelle abtun, wenn sie mehrere Tage anhalten, wenn sie sehr heftig sind oder weitere Symptome wie Fieber, Erbrechen oder schwarzer Stuhl hinzukommen. Dann muss ein Arzt dringend abklären, welche Ursache dahintersteckt. Wichtig zu wissen: besonders bei Frauen kann sich auch ein Herzinfarkt in Form von Magenschmerzen bemerkbar machen! Wenn bei einer Untersuchung und Magenspiegelung keine Ursache gefunden werden kann, spricht man von funktioneller Dyspepsie oder Reizmagen. Je nachdem, welche Symptome im Vordergrund stehen, kann man mit Säureblockern, Mitteln gegen Blähungen oder pflanzlichen Mitteln behandeln. Schon unsere Großmütter wussten: bei Magenschmerzen bringt Ruhe und eine Wärmflasche meist schnell Linderung. Auch ein warmes, entspannendes Bad oder eine Tasse Kamillen- oder Pfefferminztee tut gut. Kamille hat aufgrund ihres ätherischen Öls eine entzündungshemmende Wirkung. Die enthaltenen Flavonoide wirken entkrampfend. Auf keinen Fall darf man gegen Magenschmerzen Schmerztabletten einnehmen. Sie



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engemann

reizen den Magen und können alles verschlimmern, außerdem können sie die Ursache – die verkrampfte

Magenmuskulatur – aufgrund ihres Wirkungsmechanismus gar nicht beseitigen. Hier sind sog. anticholinerge Spasmolytika wie Butylscopolamin gefragt. Sie wirken als Antagonisten an Muskarinrezeptoren der glatten Magenmuskulatur und lösen bereits nach 15 bis 30 Minuten den Krampf und damit die Schmerzen. Sie haben bei bestimmungsgemäßem Gebrauch kaum Nebenwirkungen. Wer eher auf pflanzliche Mittel setzt, ist gut beraten mit einem Melissenblättereextrakt, der gegen Reizmagen zugelassen ist. Kombinationen aus ätherischen Ölen von Pfefferminze, Kümmel und Kamille helfen gut, wenn Blähungen und Völlegefühl im Vordergrund stehen. Ein Präparat aus Bitterer Schleifenblume, den o.g. Pflanzenauszügen und verschiedenen Bitterdrogen beruhigt die Magennerven, entspannt die Muskulatur und sorgt für eine geregelte Magenmotilität. Da es auch die Säurebildung hemmt, kann es auch unterstützend bei Magenschleimhautentzündung eingenommen werden. Aufgrund des enthaltenen Schöllkrauts soll es aber nicht langfristig und auch nicht bei Leberproblemen eingenommen werden.

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engemann**