NR. 1 | FEBRUAR / MÄRZ 2018 | CHF 7.90 | EURO 9.50 | WWW.PLUS.CH

50plus

DAS MAGAZIN FÜR EIN GENUSSVOLLES LEBEN

REISEN SPEZIAL
Die schönsten Reiseziele mit Ihrer Gewinnchance

SEI DU SELBST
WIE TRÄUME WAHR WERDEN

STELLENSUCHE FÜR 50PLUS
EIN RATGEBER

WIE PROFIS KOCHEN
3 KÖCHE, 3 PHILOSOPHIEN

Warum Essen Spass machen soll

Ein Plädoyer fürs Schlemmen

50plus DAS MAGAZIN FÜR EIN GENUSSVOLLES LEBEN
NR. 1 | FEBRUAR / MÄRZ 2018

In der Mitte des Menschen

Bis zu 20 Zentimeter lang und 120 Gramm schwer kann sie werden: unsere Bauchspeicheldrüse. Was leistet das lange, schmale Organ für unseren Körper? Was ist eine Pankreatitis und warum ist der Krebs hier, mitten im Bauch, gefürchteter als überall sonst?

VON NADINE A. BRÜGGER, REDAKTORIN GESUNDHEITHEUTE

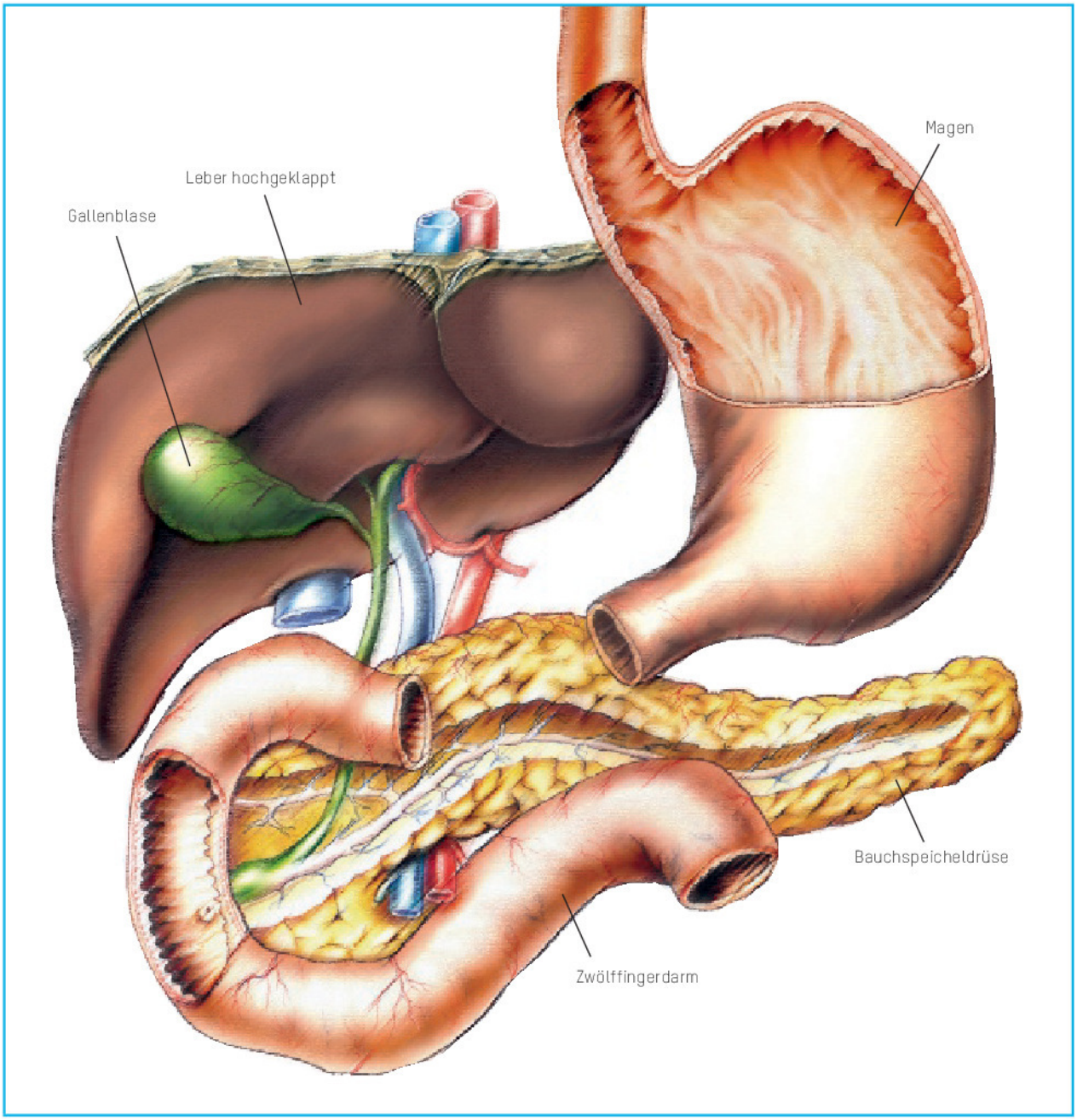


ILLUSTRATION: FOTOLIA

Ein bisschen gleicht sie einem liegenden Stock. Einem eleganten Spazierstock aus knorrigem Holz, mit einem dicken, gebogenen Knauf, um genau zu sein. Wie sie da liegt, quer hinter dem Bauchfell. Eingebettet zwischen Magen, Milz, Zwölffingerdarm, Leber und den beiden grossen Blutgefässen des Magens, der Aorta und der unteren Hohlvene. Unter ihr rollen sich, meterlang und geduldig, Dünn- und Dickdarm.

So dicht schmiegt sich die Bauchspeicheldrüse an ihre Nachbarorgane, dass sie kaum von ihrem Platz in der Mitte unseres Rumpfes weg zu bewegen ist. Während die Leber mit jeder Ein- und Ausatmung ChaCha tanzt, hält die Bauchspeicheldrüse ganz still. Diese Standhaftigkeit nennen Spezialisten «nicht atemverrückbar».

Zwei wichtige Funktionen

«Die Bauchspeicheldrüse hat zwei wichtige Funktionen», erklärt Jan Hendrik Niess, Leitender Arzt Gastroenterologie und Hepatologie am Universitätsspital Basel, «Verdauung und Zuckerstoffwechsel». Dann führt er diese beiden Funktionen weiter aus: «Die exokrine Bauchspeicheldrüse produziert die Eiweisse, die für die Verdauung notwendig sind.» Exokrin heisst «nach aussen abgebend». Das bedeutet nichts anderes, als dass die Bauchspeicheldrüse Enzyme produziert und absondert. Genauer: in den Verdauungstrakt. Hier spalten die Enzyme der Bauchspeicheldrüse Kohlenhydrate, Fette und Eiweisse, die wir mit der Nahrung zu uns nehmen, in eine Form, in der sie von der Darmwand aufgenommen werden kann. Erst so kommen wir an die Nährstoffe und wichtigen Materialien in unseren Nahrungsmitteln.

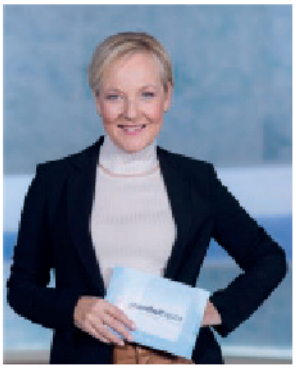
Von ihrer Produktion nach aussen hat die Bauchspeicheldrüse übrigens auch ihren deutschen Namen: Man schrieb das Jahr 1664, als der Forscher Reinier de Graaf einem Hund eine Pankreas-Fistel legte. So gelang es ihm, etwas von dem Sekret aus den Sekretgängen des Pankreas abzufangen. Aufgrund der Ähnlichkeit zwischen Sekret und dazugehörigen Gängen in Pankreas und Speicheldrüse, wurde das Pankreas von da an zu Deutsch als Bauchspeicheldrüse bezeichnet.

Doch zurück zur täglichen Arbeit der Bauchspeicheldrüse. Während der exokrine Teil also den Verdauungstrakt mit Enzymen versorgt, hat der endokrine («nach innen abgehend») Teil der Bauchspeicheldrüse vor allem unseren Zuckerhaushalt im Auge. «Den zweiten Teil nennt man den endokrinen Teil. Er produziert Hormone wie Insulin, das dem Körper hilft, Zucker abzubauen und so den Zuckerhaushalt regelt.» Unsere Bauchspeicheldrüse ist also ein besserer Verdauungshelfer als jedes Digestiv aus der Flasche.

Die Bauchspeicheldrüse ist wichtig für unseren Körper – dass sie eingebettet in seiner Mitte liegt, kommt nicht von ungefähr. So ist sie gut geschützt. Umso dringender die Frage: Was, wenn die Bauchspeicheldrüse krankt?

Pankreatitis – Bauchspeicheldrüsen-Entzündung

Im Mittelalter hielt der Mediziner Jean François Fernel die Bauchspeicheldrüse für den Sitz der Melancholie, Hypochondrie und als Hort für wiederkehrendes Fieber. So falsch er mit seinen beiden ersten Annahmen auch liegen mochte – mit dem Fieber traf er ins Schwarze. Es ist eines der Symptome (siehe Box) einer akuten Bauchspeichel-



Ihre Dr. Jeanne Fürst

Die wöchentliche Gesundheitssendung

Das Neueste aus der Welt der Medizin, Schicksale und erfolgversprechende Therapien, die Hoffnung machen.

Themen der kommenden Wochen

10.2.2018 Sind Zahnimplantate besser als konventionelle Methoden?

17.2.2018 Rückenschmerzen und arbeiten. Wie man chronische Rückenschmerzen in den Griff bekommt.

3.3.2018 Big Data - Weltweite Daten, die die Medizin revolutionieren.

10.3.2018 Lebensmittelallergien können tödlich sein. Wie verhält man sich in einem Notfall und wie kann man vorbeugen?

Jeden Samstag, um 18.10 Uhr im Schweizer Fernsehen (SRF1)

Mehr Informationen auf unserer Web-Site
www.gesundheit-heute.ch

gesundheitheute
wohldosiert informiert

drüsen-Entzündung; einer sogenannten akuten Pankreatitis. Dazu kommt es, wenn beispielsweise ein Gallenstein im Gallengang stecken bleibt und ihn verstopft. Auch ein zu hoher Alkoholkonsum, Stoffwechselstörungen oder Medikamente wie Betablocker oder Antibiotika können dazu führen, dass die Bauchspeicheldrüse sich akut entzündet.

Was dann passiert, ist unschön: «Wenn durch die Entzündung die Verdauungsenzyme zu früh freigesetzt werden, dann verdaut die Bauchspeicheldrüse sich quasi selber», erklärt Niess. Was man dabei verspürt? «Unendliche Schmerzen, die gürtelförmig vom Bauch in den Rücken ziehen. Es gibt dann nichts anderes, als sofort ins Spital.» Solange die Schmerzen anhalten, darf der Patient nichts essen. «Man führt Flüssigkeit zu und behandelt die Schmerzen.» Dann werde die Ursache ausfindig gemacht. «Am häufigsten sind Gallensteine das Problem. Der Gallenstein rutscht in den Gallengang und das führt zu einer Bauchspeicheldrüsen-Entzündung. Dann muss man den Stein entfernen.» Ist der Stein entfernt, ist die Wahrscheinlichkeit einer erneuten Entzündung relativ gering.

Typische Anzeichen einer akuten Pankreatitis

- Übelkeit
- Erbrechen
- Blähungen
- Fieber
- Eingeschränkte Darmtätigkeit bis zum Darmverschluss
- Niedriger Blutdruck (Hypotonie), evtl. Schock
- Gesichtsrötung
- Gelbsucht (besonders, wenn der Gallengang verstopft ist)

Typische Anzeichen einer chronischen Pankreatitis

- Gewichtsabnahme
- Fettstühle (lehmartiger, klebriger und glänzender Stuhl)
- Blähungen
- Durchfall
- Entwicklung eines Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) bei etwa einem Drittel der Betroffenen
- Evtl. wiederholt Gelbsucht

Symptome bei Bauchspeicheldrüsen-Krebs

- Oberbauchschmerzen/Oberbauchbeschwerden/Druckgefühl
- Appetitlosigkeit und Gewichtsverlust
- Übelkeit und Erbrechen

Jaja, der Alkohol

«Ein weiterer häufiger Grund für Pankreatitis ist übermässiger Alkoholkonsum. Da hilft nur eines: Man muss abstinent sein.» Weil das gerade jenen, die regelmässig übermässig Alkohol konsumieren, schwer fallen mag, kann die Entzündung der Bauchspeicheldrüse auch chronisch werden. Die Schmerzen halten dann über Stunden und Tage an und der Schaden, den die Entzündung verursacht, kann meist kein Arzt mehr heilen.

«Wenn die Bauchspeicheldrüse krank ist oder entfernt werden musste, wird der Nahrungshaushalt nicht mehr kontrolliert. Man hat Mühe, Nahrung aufzunehmen», erklärt Niess. «Ein typisches Symptom ist dann der Durchfall.» Wenn also die exokrine Funktion der Bauchspeicheldrüse nicht mehr gewährleistet ist, kann mit Medikamenten nachgeholfen werden, die anstelle der Bauchspeicheldrüse die Verdauung regeln.

«Ein zweites Problem ist, dass dann kein Insulin mehr da ist», fährt der Gastroenterologe fort. Doch auch dann gibt es eine Lösung: «Dann muss man Insulin spritzen.» Allerdings ist die Entzündung der Bauchspeicheldrüse ein seltenes Leiden.

Krebs – mitten drin

Eine der gefürchtetsten Krebsarten überhaupt, ist der Bauchspeicheldrüsenkrebs. Geschichten von Menschen, die Tage nach der Diagnose bereits tot waren, schockieren. Hilfe gibt es kaum. Ist dieser Krebs, mitten im Körper, besonders aggressiv? Niess schüttelt den Kopf. «Es liegt nicht am Krebs selber, dass die Prognosen so schlecht sind. Bösartige Tumore der Bauchspeicheldrüse wachsen oft sogar sehr langsam.» Das Problem sei die Lage des Bauchspeicheldrüsenkrebses selber: «Man entdeckt den Krebs hier einfach in der Regel erst sehr spät. Darum ist die Prognose sehr ungünstig.»

Die Symptome (siehe Box) sind lange Zeit unspezifisch, kommen und gehen. Sind sie stark und deutlich genug, ist der Krebs meistens schon so weit fortgeschritten, dass er gestreut hat. Zudem gebe es bis heute keine Chemotherapie, auf die dieser Krebs richtig gut anspreche. «In der Forschung tut sich aber was», betont der Spezialist.

Ein langsam wachsender, bösartiger Tumor, der erst auf sich aufmerksam macht, wenn es schon zu spät ist – da denkt man an Vorsorgeuntersuchungen. Niess schüttelt erneut den Kopf. «Man müsste dazu eine Computertomografie (CT) machen. Aber man empfiehlt bei Patienten ohne Vorgeschichte (chronische Pankreatitis, Geschwülste an der Bauchspeicheldrüse, erbliche Veranlagung) keine Vorsorgeuntersuchung für Pankreaskrebs.» Zu selten sei der Krebs und entsprechend zu hoch die Belastung für den Patienten, sich regelmässig einem CT zu unterziehen.