NR. 3 | JUNI / JULI 2018 | CHF 7.90 | EURO 9.50 | WWW.PLUS.CH

50plus

DAS MAGAZIN FÜR EIN GENUSSVOLLES LEBEN

WANDERN SPEZIAL
Die schönsten Touren quer durch die Schweiz

HORMON-MENÜS
WIE DAS ESSEN AUF UNSERE HORMONE WIRKT

MEIN GARTEN
JETZT KOMMT DIE WÜCHSIGSTE JAHRESZEIT

-MINU
WER IST UNSER KOLUMNIST?

Entzündungen
Ein Schwelbrand im Körper

50plus DAS MAGAZIN FÜR EIN GENUSSVOLLES LEBEN NR. 3 | JUNI / JULI 2018

Wegen Morbus Crohn durch die Hölle

Schon mehr als ihr halbes Leben leidet Claudia Raffa an Bauchkrämpfen und Durchfall. Deshalb verlor sie sogar ihre Arbeitsstelle und ist immer wieder im Spital. Auch während dieses Gesprächs.

VON CHRISTIAN FRANZOSO, REDAKTOR GESUNDHEITHEUTE

Claudia Raffa im Zürcher Universitätsspital.

Es ist ein verregneter, trüber Frühlingstag. Claudia Raffa liegt in einem Bett des Zürcher Universitätsspitals. Mehrere Schläuche hängen an ihrem Bauch, an ihrem Arm und am Hals. Die 51-Jährige wirkt erschöpft und niedergeschlagen. Ihre Augen müde, der Blick traurig. Verständlich. Schon seit einem Monat ist die Knutwilerin (LU) hospitalisiert, die ersten 14 Tage verbrachte sie im Kantonsspital Nidwalden, wo sie wegen eines sich anbahnenden Darmverschlusses operiert wurde. Normalerweise wäre Claudia Raffa nach etwa zwei Wochen wieder entlassen worden, doch es kam zu Komplikationen. Der Dünndarm hatte sich nach der Operation stark entzündet und verletzt, dadurch gelangte Flüssigkeit in die Bauchhöhle. Diese gefährliche Situation erfordert jetzt regelmässige Spülungen an der offenen Wunde. Sie werden alle 72 Stunden durchgeführt – jedes Mal unter Narkose. «Immer, wenn ich mich einigermassen erholt habe, steht schon wieder die nächste Operation und die nächste Nar-

FOTOS: ZVG, PIXABAY

kose an. Es beginnt immer wieder von vorne. Das raubt mir die Kraft», sagt sie leise. Ehemann Bruno, der auf einem Stuhl neben ihr sitzt, nickt.

Claudia Raffa leidet seit bald 30 Jahren an Morbus Crohn. Diese Entzündung des Magen-Darm-Trakts löst bei ihr Durchfall, krampfartige Bauchschmerzen, Fieber und Gliederschmerzen aus. Symptome wie bei einer schweren Magen-Darm-Grippe. Es war Frühling, als sich ein solcher Schub bei der damals knapp 20-Jährigen erstmals bemerkbar machte. Der damalige Hausarzt prognostizierte: «Das wird keine normale Behandlung werden.»

Nun liegt Claudia Raffa wieder einmal im Spital. Seit Mitte der 90er Jahre wurde sie schon vier Mal am Darm operiert. Darmverengungen, sogenannte Stenosen, waren der Grund, weshalb man ihr mehrere Darmabschnitte entfernen musste. Und einmal kam sie notfallmässig wegen eines Darmverschlusses unters Messer. Vor ein paar Monaten schliesslich hatten die Ärzte bei zwei Darmspiegelungen entdeckt, dass der Darm sich erneut verengt hatte. Um einem Darmverschluss vorzubeugen, wurde Claudia Raffa deshalb nochmals ein Stück Dickdarm entfernt.

An Claudia Raffas Bauch hängen Schläuche, durch die das Wundsekret abfliessen kann, aber auch ein künstlicher Ausgang für den Stuhl. Im Hals steckt zudem eine Infusion für Schmerzmittel und verschiedene Schläuche für die Zufuhr von Antibiotika und für entzündungshemmende Medikamente. Auch die künstliche Nahrung nimmt sie mittels einem Schlauch zu sich. Seit vier Wochen ist Claudia Raffa so ans Bett gebunden. «Das schlägt mir sehr aufs Gemüt», sagt sie.

Die passionierte Hobby-Fotografin ist seit 1991 wegen Morbus Crohn zu 50 Prozent arbeitsunfähig und deshalb IV-Bezügerin. Während der Schübe ist sie handlungsunfähig, denn die Krämpfe und der Durchfall überfallen sie unverhofft und häufig. Mindestens sechs bis acht Mal am Tag muss Claudia Raffa die Toilette aufsuchen – manchmal sogar öfter. Diese Umstände verunmöglichen einen normalen Alltag, weswegen sie ihre Stelle als Rayonleiterin in einem Supermarkt verliert. Doch damit nicht genug: Ein Arzt bezeichnet Claudia Raffa gar als Simulantin. Mittlerweile haben die Bauchkrämpfe an Intensität verloren und treten weniger häufig auf, dafür sind die Entzündungen am Rücken massiv stärker geworden – sie leidet nun auch an Morbus Bechterew, eine mögliche Begleiterkrankung von Morbus Crohn.

Es gibt aber einen Lichtblick in Claudia Raffas Leben. Vor gut 20 Jahren lernt sie dank der Patientenorganisation für Morbus Crohn/Colitis ulcerosa ihren jetzigen Ehemann Bruno kennen. Er litt drei Jahrzehnte an Colitis ulcerosa, ebenfalls eine entzündliche und chronische Krankheit, die jedoch im Gegensatz zu Morbus Crohn nur den Dickdarm betrifft. Sonst sind die Symptome der beiden Krankheiten ähnlich. So musste Bruno Raffa während seiner Schübe bis zu 20 Mal täglich mit Durchfall auf die Toilette. Doch seit bei ihm der ganze Dickdarm entfernt und ein künstlicher Darmausgang einoperiert wurde, gehts dem Steuerbeamten sehr gut. Jeden zweiten Tag fährt der 54-Jährige mit dem Auto von Knutwil nach Zürich, um seine Frau zu besuchen. «Vor meiner Operation wäre dies unmöglich gewesen. Jetzt kann ich problemlos im Stau stehen.» Dass auch er krankheitshalber

Ihre Dr. Jeanne Fürst

Die erfolgreichsten Gesundheitssendungen

In den kommenden Wochen zeigt das Schweizer Fernsehen nochmals die wichtigsten Sendungen von **gesundheit**heute

7.7.2018 Vorsicht liebe Frauen - Herzinfarkt ist nicht nur Männersache
14.7.2018 Das grosse Tabu-Thema: Sexualität im Alter
21.7.2018 Ein Schweizer Künstler erhält die Schockdiagnose akute Leukämie
28.7.2018 Hilfe Oma trinkt - Wenn so etwas in der eigenen Familie vorkommt
4.8,2018 Mit Operationen am Ungeborenen Behinderungen vermeiden
11.8.2018 Grüner Star - ein Augenleiden, das zur Blindheit führen kann.

Jeden Samstag, um 18.10 Uhr im Schweizer Fernsehen SRF 1

gesundheitheute
wohldosiert informiert

Mehr Informationen unter
www.gesundheit-heute.ch

schwere Zeiten durchgemacht hat, ist ein grosser Vorteil für die Beziehung. Das Verständnis für die Leiden des Partners sei grösser. «Man weiss, was der andere fühlt. Und umgekehrt», sagen beide.

Inzwischen sind über acht Wochen seit dem Interview vergangen – Claudia Raffa liegt immer noch im Spital. Doch die Entzündung ist fast abgeklungen und die kritische Wunde sollte in Bälde verheilt sein. Und auch alle Schläuche sind weg. Die Ärzte sind zuversichtlich, dass Claudia Raffa endlich bald nach Hause kann.

Links für Betroffene: www.smccv.ch

Die SMCCV ist eine Initiative zur Selbsthilfe von Patienten für Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen.

Während der Schübe müssen Morbus-Crohn-Betroffene so oft die Toilette aufsuchen, dass ein normaler Alltag unmöglich ist.

Fakten und Zahlen zu Morbus Crohn

PD Dr. Jonas Zeitz, Facharzt für Gastroenterologie, GastroZentrum Hirslanden, Zürich

Seit 2006 werden in einer IBD-Kohortenstudie (www.ibd-cohort.ch) Patienten aus der ganzen Schweiz mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen eingeschlossen. Aus den Daten von über 3500 Patientinnen und Patienten können wertvolle Hinweise über die Entstehung und den Verlauf der Erkrankungen gewonnen werden. In dieser Studie sind aktuell 56.1 % der Patienten an Morbus Crohn und 40.9 % an Colitis ulcerosa erkrankt. Bei 3 % ist eine klare Zuordnung zu einer der Erkrankungen aktuell nicht möglich. Die Geschlechterverteilung ist ausgeglichen mit 50.9 % Männern und 49.1 % Frauen. Zum Zeitpunkt der Diagnose der Erkrankung sind die Betroffenen im Durchschnitt 26-jährig. Unter anderem konnte in der Studie gezeigt werden, dass für einen überwiegenden Teil der Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen, Schmerzen ein grosses Problem sind. So leiden 71 % der Patienten im Verlauf ihrer Erkrankung unter Schmerzen. Für ca. die Hälfte der Patienten sind Schmerzen ein andauerndes, langwieriges Problem. Zusätzlich konnte bei dieser Arbeit festgestellt werden, dass Schmerzen häufig nicht ausreichend behandelt sind und die Lebensqualität der Patienten deshalb relevant einschränken.

Morbus Crohn – die Entzündung des Verdauungstrakts

Der Morbus Crohn gehört, zusammen mit der Colitis ulcerosa, zu den chronisch entzündlichen Darmerkrankungen. Die Ursachen sind noch unbekannt, eine vollständige Heilung ist meist nicht möglich. Die Therapie von Mobus-Crohn-Patienten ist vorerst darauf ausgerichtet, die beschwerdefreien Abschnitte zu verlängern, um die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern.

VON CHRISTIAN FRANZOSO, REDAKTOR GESUNDHEITHEUTE

Dr. Andreas Müller, Facharzt für Gastroenterologie am GastroZentrum Hirslanden Zürich, über Therapiemöglichkeiten, Krebsgefahr und den Einfluss der Nahrung.

Trotz intensiver Forschung ist es noch nicht gelungen, die Ursachen von Morbus Crohn festzustellen. Was ist das genau für eine Krankheit?

Dr. Andreas Müller: Die Ursache ist von vielen Faktoren abhängig. Man vermutet genetische und immunologische Ursachen sowie Umweltfaktoren. Möglicherweise ist Morbus Crohn eine Autoimmunerkrankung. Die Darmbarriere ist bei den Betroffenen gestört, deshalb können Bestandteile der Darmflora in die Darmwand eindringen. In der Folge wird das Immunsystem gegen diese Bakterien extrem stark aktiviert, was zu einer fehlgerichteten Entzündung führt. Im Falle des Morbus Crohn beginnt sie in der Schleimhaut und breitet sich dann auf die ganze Darmwand aus. Gesundes Gewebe wechselt sich mit erkranktem ab. Die regelmässig wiederkehrende Entzündung betrifft den ganzen Verdauungstrakt und kann von der Mundhöhle bis zum After auftreten.

Wie und wo kann sich Morbus Crohn sonst noch ausbreiten?

Anzeige

Bleiben Sie selbständig!

Rundum betreut von Caritas Care

Herzlich, sicher, fair: gut ausgebildete Betreuerinnen wohnen bei Ihnen zu Hause und sorgen für:
- Haushalt
- Gesellschaft
- Einfache Pflege
- Sicherheit

Gerne beraten wir Sie persönlich:
041 419 22 27, gutbetreut@caritas.ch
caritascare.ch

CARITAS

Typischerweise sind vor allem der letzte Abschnitt des Dünndarms und der Dickdarm von der Entzündung und Schwellungen betroffen. Seltener die Speiseröhre und der Mund. Daneben kann es jedoch auch zu Gelenkschmerzen, Hautveränderungen und entzündliche Veränderungen im Bereich der Augen (Uveitis oder Episcleritis) kommen. Sogar andere Schmerzen sind möglich, ohne einen direkten Bezug zur zugrundeliegenden chronischen entzündlichen Darmerkrankung.

Welches sind die häufigsten Beschwerden?

Das ist von Patient zu Patient unterschiedlich. Auch die Intensität der Symptome variiert. Die häufigsten Beschwerden sind Durchfall, Bauchschmerzen, Fieber, Gewichtsverlust, Appetitlosigkeit, Übelkeit sowie Erbrechen. Die Beschwerden treten für gewöhnlich in Schüben auf, oft nach dem Essen.

Welchen Einfluss hat die Nahrung auf Morbus Crohn?

Nahrung selbst verursacht die Krankheit nicht und kann sie auch nicht heilen. Früher vermutete man, dass vor allem Zucker für Morbus-Crohn-Patienten ungünstig sei. Heute wissen wir, dass Betroffene im Dünndarm eine verminderte Aufnahmefähigkeit haben und deshalb eine schlechte Nahrungsverwertung aufweisen. Darum muss bei Patienten überprüft werden, ob sie Spurenelemente und Vitamine aufnehmen können.

Wie kann man feststellen, ob jemand an Morbus Crohn leidet?

Für eine sichere Diagnose braucht es eine Entnahme und Untersuchung des entzündeten Gewebes (Biopsie). Häufig kann jedoch bereits aufgrund eines Ultraschallbilds des Bauchs sowie der Blutwerte die Verdachtsdiagnose gestellt werden. Und man kann auch den Stuhl auf Erreger untersuchen, um eine differential-diagnostische Entzündung des Darmes durch Viren, Bakterien oder Parasiten auszuschliessen.

> «Für eine sichere Diagnose braucht es eine Entnahme und Untersuchung des entzündeten Gewebes.»

Wie kann man die Krankheit behandeln?

Es gibt verschiedene Arten von Schüben: mild, moderat und schwer. Diese müssen entsprechend behandelt werden. Die Wahl des richtigen Medikaments ist sowohl vom Ort der Entzündung im Magen-Darm-Trakt als auch vom Schweregrad abhängig. Bei einem starken Schub setzen wir häufig Cortison ein, um die akuten Symptome zu lindern. Gleichzeitig unterdrückt Cortison die Überreaktionen des Immunsystems, die zu einer Verschlimmerung der Entzündung führen können. Bei leichten Schüben können auch andere entzündungshemmende Medikamente angewendet werden. Um die Remission, also die beschwerdefreie Zeit, zu erhalten, therapieren wir mit Immunsuppressiva. Das sind Substanzen, welche die Funktionen des Immunsystems vermindern und damit auch entzündliche Reaktionen im Darm unterdrücken. Bei Fistelleiden und schweren Entzündungen kommen sogenannte Biologika zum Einsatz. Dabei handelt es sich um Antikörper, die sich gegen zentrale Regulierungsmechanismen der Entzündung richten. Ein Beispiel dafür sind TNF-Alpha-Hemmer (Tumornekrosefaktor-Alpha-Hemmer). TNF-Alpha ist eine körpereigene Substanz, die Entzündungsreaktionen auslöst oder verstärkt. Mit dieser Therapie kann die Zahl der Schübe verringert werden.

> «Die häufigsten Beschwerden sind Durchfall, Bauchschmerzen, Fieber, Gewichtsverlust, Appetitlosigkeit, Übelkeit sowie Erbrechen.»

Welche Risikofaktoren sind ausschlaggebend?

Nikotinkonsum ist ein grosser Risikofaktor, doch auch die Veranlagung spielt eine Rolle. Derzeit kennen wir sogar verschiedene Gene, die vermehrt bei Morbus-Crohn-Patienten auftreten.

Welche Folgeerkrankungen und Komplikationen können im Zusammenhang mit der Erkrankung auftreten?

Es sind vor allem Fisteln. Eine Fistel ist eine krankhafte Verbindung eines Hohlorgans (z. B. Darm) mit einem anderen Hohlorgan oder mit der Hautoberfläche. Meistens bilden sich dann auch Abszesse (Eiteransammlungen). Zudem können Darmverengungen (Stenosen) bis hin zu Darmverschlüssen und Blutungen entstehen.

Wie gross ist die Gefahr, dass Morbus-Crohn-Patienten Darmkrebs entwickeln?

Glücklicherweise ist diese Gefahr nicht gross, jedoch hängt es auch von der Dauer und Schwere der Erkrankung ab. Morbus-Crohn-Patienten entwickeln weniger häufig ein Dickdarmkarzinom als Colitis-ulcerosa-Betroffene. Jedoch sollten auch Morbus-Crohn-Patienten mit Befall des Kolons gleich regelmässig Darm-Vorsorgespiegelungen machen wie Patienten mit Colitis ulcerosa.

www.gastrozentrum.ch