**Blähungen**

**Was berichtet der Patient?**

* Bauchschmerzen
* aufgebläht
* Flatulenzen
* Völlegefühl (nach dem Essen)
* Schulterschmerz linksseitig
* Stuhlveränderungen
	+ 1. → Durchfall bei CED

 → infektiöse Gastroenteritiden

 → Reizdarm

 → Stuhlunregelmäßigkeiten

**Patientengruppen**

* **Kinder**: ab 3 Monaten, Bauchschmerzen, Weinen
* **Erwachsen**e: Gastroenteritiden, Laktose- & Fruktoseunverträglichkeiten, Nahrungsunverträglichkeiten
* **Schwangerschaft**: Progesteron macht den Darm träger
* **Ältere Patienten**: träge Verdauung, Obstipation, zu wenig trinken, gebläht, Vormedikation, Laxantien als Dauermedikation, falsche und einseitige Ernährung

**DD abwendbare gefährliche Verläufe**

* **Entzündungen**→ GE, CED (M. Crohn, Colitis Ulcerosa), Lamblien, Parasitosen, systemische Sklerodermie (Verhärtung des Bindegewebes)
* **Verletzungen** → Post-OP, nach Coloskopie, nach Laparaskopie, Obstipation durch mechanische Verengung/Stenose, Kurzdarmsyndrom
* **Tumor** → mechanische Stenose
* **Vaskulär** → Pfortaderhochdruck behindert Gasabtransport (CO2) über das Blut zur Lunge
* **Metabolisch**
	+ - * 1. → Medikamente ( Metformin, Glucobay, Magrogol, Laktulose, Acarbos, Psychopharmaka, Trizyklische Antidepressiva, Opiate, PPI, Antibiotika
				2. → Nahrungsmittelunverträglichkeit (Fruktose, Laktose), Zöliakie, Nahrungsumstellungen
				3. → Hormone: Hypothyreose, Progesteron bei Schwangerschaft
				4. → Ballaststoffe, Sorbit, Xylit
				5. → Reizdarm
				6. → bakterielle Fehlbesiedlung des Darms
				7. → autonome diabetische Neurophatie
* **Psychisch**
	+ - * 1. → Angst, Stress, Aerophagie bei hastigem Essen, Somatisierungsstörung

**Diagnostik**

* Inspektion, Auskultation, Perkussion, Palpation
* Anamnese
* Sono Abdomen (Ingesta = viel Stuhl im Darm)
* Digitale rectale Untersuchung (Konsistenz)
* spezifische Diagnostik bei Verdachtsdiagnose
* Darmspiegelung → ab 40-45 Jahre Tumorvorsorge, bei Verdacht CED

**Empfehlungen**

* prophylaktisch: Bewegung, ausreichende Trinkmenge, Trockenpflaumen, Vermeiden von blähenden Nahrungsmitteln (Hülsenfrüchten, Knoblauch, Zwiebel)
* akut: Bewegung, Wärmflasche, Massage, Lefax, Espumisan, Sab-Simplex, Anis-Kümmel-Fenchel-Tee
* Abführen