

# Funktionelle Dyspepsie

Patienten mit dyspeptischen Beschwerden ohne organisches Korrelat profitieren oft von einer naturheilkundlichen Behandlung. Dabei stehen ordnungs-, ernährungs- und phytotherapeutische Maßnahmen im Vordergrund, wie die unten geschilderte Kasuistik zeigt.



© AJ Photo/SPLAgentur Focus

— Eine 48-jährige Frau, Managerin, war seit fünf Jahren wegen rezidivierender dyspeptischer Beschwerden ohne deutlichen und nachhaltigen Erfolg in gastroenterologischer Behandlung. Als Medikation erhielt sie seit drei Jahren Protonenpumpenhemmer. Wiederholte Gastroskopien hatten bislang keinen wesentlichen krankhaften Befund ergeben. Die Helicobacter-pylori-Diagnostik war negativ.

## Labor und körperliche Untersuchung unauffällig

Seit einigen Tagen beklagte sie erneut zunehmendes Sodbrennen, Blähungen und Unwohlsein. Auf Empfehlung von Bekannten suchte sie die naturheilkundige Ambulanz auf.

Die üblichen Laboruntersuchungen waren unauffällig. Dasselbe galt für die körperliche Untersuchung bis auf einen leichten Druckschmerz im Oberbauch.

## Ernährungstherapie

Der Patientin wurde empfohlen, ihre Essensgewohnheiten zu überprüfen, vor allem die Nahrung ausreichend zu kauen und einzuspeicheln und die Trinkmenge zu erhöhen. Die Kost wurde auf eine leichte, vollwertige Grunddiät mit reichlich Vegetabilien eingestellt. Es wurden mehrere kleine Mahlzeiten mit reduzierter Abendmahlzeit sowie der Einsatz magerer, vor allem

pflanzlicher Eiweißträger empfohlen. Die Patientin wurde instruiert, zu fetten, zu süßen, scharfen und sauren Speisen und Kaffee zu meiden.

## Ordnungstherapie

Mit der Patientin wurde besprochen, dass sie, trotz der hohen beruflichen Belastung, ein Entspannungsverfahren, beispielsweise autogenes Training oder die Muskelrelaxation nach Jacobson, regelmäßig in ihren Alltag einplant. Sie wurde darauf hingewiesen, Rauchen und Alkohol zu meiden und keine beengende Kleidung zu tragen.



Stressreduzierende Verfahren wie autogenes Training können die Heilung unterstützen.

© Age/Mauritius-Images

## Pflanzliche Arzneimittel

Phytopharmaka, die wie alle chemisch synthetischen Medikamente auf Qualität, Wirksamkeit und Unbedenklichkeit getestet sind, stehen für die funktionelle Dyspepsie zwar nur wenige zur Verfügung, die aber gute Möglichkeiten bieten. Zu empfehlen ist beispielsweise ein pflanzliches Arzneimittel (Iberogast®), bestehend aus neun verschiedenen Pflanzen (u.a. bittere Schleifenblume, Kamille, Melisse, Pfefferminze) (3 x tägl. 20 Tropfen in etwas Wasser). Ergänzend können noch kleine Mengen von Luvos-Heilerde Kapseln verordnet werden.

## Physikalische Therapie

Einmal täglich applizierte die Patientin warm-heiße Leibwickel auf den Oberbauch.

Nach sechs Tagen berichtete sie, dass das Sodbrennen vollständig verschwunden sei und die Blähungen deutlich abgenommen hätten. Besonders hervorzuheben ist, dass die Patientin froh darüber ist, mit diesen naturheilkundlichen Maßnahmen selbst etwas zu ihrer Heilung beitragen zu können.

■ PD Dr. med. André-Michael Beer, M.Sc. Bereich Naturheilkunde und Gesundheitsprävention, Ruhr-Universität Bochum, Im Vogelsang 5–11, 45527 Hattingen