



darm plus.

Pressekonferenz

Langer Tag des Darms

Fokus chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED)

Mittwoch, 1. Juni 2016

09:00 Uhr

Presseclub Concordia,
Bankgasse 8, 1010 Wien



Inhalt

- Sprecher
- Presseinformation
- Statements der Sprecher

Sprecher

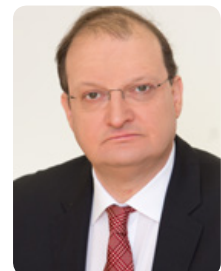
- **A. o. Univ.-Prof. DI Dr. Harald VOGELSANG**
Präsident darm plus – CED Initiative Österreich/
Universitätsklinik für Innere Medizin III, Abteilung
für Gastroenterologie und Hepatologie, AKH Wien,
MedUni Wien



- **Peter HILLEBRAND**
Diätologe



- **Mag. Alexander HERZOG**
Obmann-Stv. der SVA



- **Michaela SCHARA**
Bloggerin und Autorin



Presseinformation

Langer Tag des Darms: Fokus chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED)

Am Samstag, den 11. Juni 2016, findet bereits zum zweiten Mal der „Lange Tag des Darms“ auf Initiative des Vereins darm plus im Museumsquartier Wien statt. Der erste „Lange Tag des Darms“ 2015 war ein großer Erfolg und hat über 1.500 Besucher in das Museumsquartier gelockt. Deshalb dreht sich auch 2016 wieder alles rund um das Thema Darmgesundheit und den interaktiven Wissenstransfer – mit noch mehr Angeboten verschiedenster Informationsmöglichkeiten dazu. Vor allem aber soll mit Tabus rund um dieses sensible Thema gebrochen werden. Deshalb informiert der Verein „darm plus“ an diesem Tag Betroffene, Patienten, Mediziner, Medien sowie alle am Thema Interessierten. Im Rahmen der Pressekonferenz klären Experten unter anderem über die Themenbereiche Früherkennung, Prävention und Therapiemöglichkeiten bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CED) auf. Thematisiert wurden auch die Problematik und der Umgang mit CED im Alltag, sowie aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse.

Wien, 1. Juni 2016 – Der Verein „darm plus“ setzt mit der Veranstaltung „Langer Tag des Darms“ am 11. Juni im Wiener Museumsquartier wieder ein kräftiges Zeichen und präsentiert ein umfassendes Angebot für die Bewusstseinsbildung rund um verschiedenste Fragen der Darmgesundheit – von CED über stressbedingte funktionelle Darmerkrankungen, Krebsvorsorge bis zu Ernährung und Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Spannende Vorträge, interaktive Stationen, wie Koloskopie zum selbst ausprobieren und ein begehbare Darmmodell, sorgen von 10 bis 17 Uhr für abwechslungsreiche Wissensvermittlung.

Seit Langem ist bekannt, dass ein gesunder Darm eine zentrale Rolle für Wohlbefinden und Gesundheit des Menschen spielt. Neueste Forschungen sehen den Darm und sein Mikrobiom als wesentlichen Regulator von Abläufen, die weit über die bloße Aufnahme von Nährstoffen hinausgehen. Obwohl bis zu 80.000 Österreicher an chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CED) wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa leiden, ist das Wissen der heimischen Bevölkerung zur Darmgesundheit bis dato gering. Univ.-Prof. Dr. Harald Vogelsang, Präsident von „darm plus“ – CED Initiative Österreich, erklärt: „Chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED) nahmen in den vergangenen Jahrzehnten weltweit eindrucksvoll zu. Sie gehören zu einer Gruppe von chronischen Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes, die hauptsächlich Morbus Crohn (MC) und Colitis ulcerosa (CU) umfaßt. CED beginnen meist im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter und können durch funktionelle Einbußen des Magen-Darm-Traktes und Komplikationen zu einer körperlichen Behinderung führen. CED haben nach unseren heutigen Vorstellungen multifaktorielle Ursachen, wie eine genetische Prädisposition und Umweltfaktoren.“

Aufklärung und Stärkung des Bewusstseins

Eines haben die Patienten gemeinsam: Sie verbringen viel Zeit mit dem Management ihrer bisher als unheilbar geltenden Erkrankung. Ein wesentlicher Teil davon wird für Informationssuche bezüglich medizinischer Abklärung und Behandlung, Ernährung, aber auch praxisrelevante Fragen wie Toilettenstandorte aufgewendet. Vom ersten Symptom bis zur Diagnose und Einleitung einer Behandlung vergehen oft mehr als drei Jahre. Dabei könnte mit den verfügbaren Therapien Schmerzen, schlechte Lebensqualität, Krankenstand, Operation und bleibende Schäden am Darm reduziert oder vermieden werden. Es ist ein weitreichender Aufklärungsprozeß nötig, um ein stärkeres Bewusstsein für Darmgesundheit zu schaffen. Trotz weiter Wissensverbreitung verbinden nur wenige etwas mit dem Begriff CED und sind sich damit auch der schlechten Versorgung und täglichen Probleme der Betroffenen dieser chronisch voranschreitenden Krankheit nicht bewusst. Es bedarf einer gemeinsamen, interdisziplinären gesundheits- und sozialpolitischen Anstrengung, um österreichweit eine einheitliche Versorgungs- und Qualitätsstruktur sicherzustellen.

Briefe an Herrn Crohn: Tagebuch einer Betroffenen

Michaela Schara ist Bloggerin, Autorin und auch Patientin: 2004 erkrankte sie an Morbus Crohn. *„Während der langen Tage, an denen ich viel Zeit zum Nachdenken hatte, habe ich begonnen, die Momente zwischen den Schmerzen und den endlosen Kloängen mit meiner Kreativität zu füllen und meinen Frust über diesen ungebetenen Gast in Briefe zu fassen. Zuerst nur, um ein Ventil für mich zu haben. Später, um meiner Umwelt das mitzuteilen, wozu ich im Gespräch nicht fähig war. Weil man manche Sachen leichter schreiben kann, als darüber zu sprechen. Als mir die Worte ausgingen, habe ich zu zeichnen begonnen. Im Lauf der Zeit ist ein Manuskript entstanden“*, berichtet die Buchautorin. Mit ihren Texten und Cartoons will Schara Betroffenen zeigen, dass sie nicht alleine sind.

Frühzeitige Erkennung und adäquate Therapie

Bauchschmerzen verschiedenster Art und damit verbundene Symptome wie Durchfall, Blähungen und Verstopfung sind häufig Anlass, um einen Mediziner aufzusuchen. Die Symptome sind für die Patienten oft quälend und beeinträchtigen die Lebensqualität. Die überwiegende Anzahl dieser Beschwerden sind rein funktioneller Natur, deren Ursache in Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder -allergien, Fehlernährung und anderen Lebensstilfaktoren oder der Psyche sein können. Diese Beschwerden sind in der Regel nicht als sehr bedrohlich zu werten. In jenen Fällen in denen jedoch eine chronisch entzündliche Darmerkrankung vorliegt, gilt es diese rechtzeitig zu erkennen und rasch einer spezifischen Behandlung zuzuführen. Entzündung im Darmtrakt läßt sich heute durch einen Stuhltest auf Calprotectin relativ einfach und sensitiv erkennen. CED beginnen meist im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter und können durch funktionelle Einbußen des Magen-Darm-Traktes und Komplikationen zu einer körperlichen Behinderung führen.“ Im Gegensatz zu früheren Jahrzehnten läßt sich heute bei früher Diagnose durch die neue

große Therapiepalette mit Biologika die Erkrankung bei den meisten Patienten ein entzündungsarmes-freies Stadium bringen, wo dann auch wieder ein normales soziales-berufliches Leben möglich ist.

Diät bei Zöliakie vs. Glutenintoleranz

Spricht man über das Thema Darmgesundheit, spielt auch das Thema der Nahrungsmittelunverträglichkeiten eine große Rolle. Weizen und andere Getreidesorten sind für manche Menschen schwer verträglich, manchmal sogar schädlich. Als Ursache kommen verschiedene Inhaltsstoffe in Frage. *„Am besten untersucht ist derzeit das Klebereiweiß Gluten, das sich in zwei verschiedenen Erkrankungsbildern manifestieren kann. Zöliakie, Glutenintoleranz und andere Getreideunverträglichkeiten unterscheiden sich in den Risiken für Folgeerkrankungen. Infolge dessen sind auch die Diätempfehlungen unterschiedlich. Bei Verdacht auf eine Weizen- oder Getreideunverträglichkeit ist unbedingt eine umfassende ärztliche Abklärung der Ursache notwendig, bevor mit einer Diät begonnen wird“*, erklärt Diätologe Peter Hillebrand. Nach Diagnosestellung stehen Diätologinnen und Diätologen betroffenen Menschen bei der Auswahl und Zusammenstellung ihres individuellen Speiseplans zur Verfügung.

Rechtzeitig vorbeugen ist besser als nachträglich heilen

Veranstaltungen wie der „Lange Tag des Darms“ dienen vor allem dem Wissenstransfer, sie zahlen auch in die Vorsorge und Prävention ein. Gerade bei Darmkrebs kann ein frühes Erkennen die Heilungsaussichten wesentlich vergrößern. Darmkrebs ist bei Männern und Frauen die zweithäufigste Krebserkrankung. Rund 5.000 Menschen in Österreich erkranken jährlich an Darmkrebs und für etwas mehr als die Hälfte davon verläuft die Krankheit sogar tödlich. Bei keiner anderen Krebserkrankung ist der Wert der Früherkennung und der Krebsvorsorge so gut abgesichert wie bei Darmkrebs. Durch einen gesunden Lebensstil können viele Darmkrebs-Erkrankungen verhindert werden und regelmäßige, frühzeitige Vorsorgeuntersuchungen verbessern die Prognose sowie den Krankheitsverlauf wesentlich. *„In den vergangenen Jahrzehnten haben wir uns viel zu sehr auf die reine Reparaturmedizin konzentriert und ein Versorgungssystem aufgebaut, das erst dann eingreift, wenn die Menschen schon krank sind. Dies bedeutet, dass wir in der Gesundheitspolitik dringend einen Paradigmenwechsel vortreiben müssen. Weg von der Reparaturmedizin hin zu ‚gesund bleiben‘ bzw. vorbeugen. Wir müssen den Menschen viel mehr gesunde Lebensjahre ermöglichen. Bei der Gesundheit und auch speziell bei der Darmgesundheit gibt es Risikofaktoren, die jeder Einzelne selbst in der Hand hat. Wir als SVA sind davon überzeugt, dass sich langfristig jeder in die Prävention investierte Euro für unsere Versicherten – aber auch für das Gesundheitssystem – lohnt. Daher begleiten wir unsere Versicherten beim Gesundbleiben“*, so Alexander Herzog, Obmann Stellvertreter der Sozialversicherung der gewerblichen Wirtschaft (SVA).

Weitere Information: www.darmplus.at

Hinweis für die Redaktionen: Im Pressecorner von www.presse.welldone.at finden Sie den Inhalt der Pressemappe zum kostenfreien Download.

Die in diesen Presseunterlagen verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen treten der besseren Lesbarkeit halber nur in einer Form auf, sind aber natürlich gleichwertig auf beide Geschlechter bezogen.

Folgende Unternehmen sind Basissponsoren des Vereins darm plus – CED-Initiative Österreich:

abbvie

Buscopan

DANONE

GERMANIA
PHARMAZEUTIKA

Institut
AllergoSan



MSD



Takeda

Yakult

Rückfragehinweis:

Welldone Werbung und PR GmbH
Mag. David Zalud | Public Relations
Lazarettgasse 19/OG 4, 1090 Wien
Tel.: 01 / 402 13 41-47 | E-Mail: pr@welldone.at
www.welldone.at

Statements

A. o. Univ.-Prof. DI Dr. Harald VOGELSANG

darm plus – CED Initiative Österreich/Universitätsklinik für Innere Medizin III, Abteilung für Gastroenterologie und Hepatologie, AKH Wien, MedUni Wien

Seit Langem ist bekannt, dass ein gesunder Darm eine zentrale Rolle für Wohlbefinden und Gesundheit des Menschen spielt. Neueste Forschungen sehen den Darm und sein Mikrobiom als wesentlichen Regulator von Abläufen, die weit über die bloße Aufnahme von Nährstoffen hinausgehen. Obwohl bis zu 80.000 Österreicher an chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CED) wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa leiden, ist das Wissen der heimischen Bevölkerung zur Darmgesundheit bis dato gering. Chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED) nahmen in den vergangenen Jahrzehnten weltweit sprunghaft zu. Sie sind eine Gruppe von chronischen Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes, die hauptsächlich Morbus Crohn (MC) und Colitis ulcerosa (CU) umfassen. CED beginnen meist im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter und können durch funktionelle Einbußen des Magen-Darm-Traktes und Komplikationen zu einer körperlichen Behinderung führen. CED haben nach unseren heutigen Vorstellungen multifaktorielle Ursachen, wie eine genetische Prädisposition ev. alleine und Umweltfaktoren. Eines haben die Patienten gemeinsam: Sie verbringen viel Zeit mit dem Management ihrer bisher als unheilbar geltenden Erkrankung. Ein wesentlicher Teil davon wird für Informationssuche bezüglich medizinischer Abklärung und Behandlung, Ernährung, aber auch praxisrelevante Fragen wie Toilettenstandorte aufgewendet. Es bedarf einer gemeinsamen, interdisziplinären gesundheits- und sozialpolitischen Anstrengung, um österreichweit eine einheitliche Versorgungs- und Qualitätsstruktur sicherzustellen. „darm plus“ wird dazu als Plattform für Betroffene und Mediziner einen entscheidenden Beitrag durch Abhaltung des Langen Tages des Darms leisten. Denn eine frühzeitige Diagnose führt zu rechtzeitiger Therapie mit guten Behandlungserfolgen und Heilungsaussichten. Entzündung im Darmtrakt läßt sich heute durch einen Stuhltest auf Calprotectin relativ einfach und sensitiv erkennen. Damit Betroffene wissen, wann sie sich an entsprechende Spezialisten wenden sollten und welche Therapiemöglichkeiten es gibt, kann man die einmalige Chance wahrnehmen und sich beim langen Tag des Darms unterhaltsam und anschaulich informieren lassen. Im Gegensatz zu früheren Jahrzehnten läßt sich heute bei früher Diagnose durch die neue große Therapiepalette mit Biologika die Erkrankung bei den meisten Patienten ein entzündungsarmes-freies Stadium bringen, wo dann auch wieder ein normales soziales-berufliches Leben möglich ist.

Peter HILLEBRAND

Diätologe

Diät bei Zöliakie vs. Glutenintoleranz

Weizen und andere Getreidesorten sind für manche Menschen schwer verträglich, manchmal sogar schädlich. Als Ursache kommen verschiedene Inhaltsstoffe in Frage. Am besten untersucht ist derzeit das Klebereiweiß Gluten, das sich in zwei verschiedenen Erkrankungsbildern manifestieren kann.

Zöliakie

Bei der Zöliakie kommt es durch immunologische und entzündliche Prozesse im Körper zu einer Verkümmern der Darmzotten bei der Aufnahme von Gluten. Dadurch kann es zu einer eingeschränkten Verdauungsleistung kommen, was sich in verringerten Aufnahmeraten von Nährstoffen und Symptomen im Verdauungstrakt äußern kann. In Mitteleuropa sind etwa 1 % der Menschen von Zöliakie betroffen, viele Fälle weisen aber keine typischen Symptome des Magen-Darmtrakts auf, so kann sich eine Zöliakie auch über die Haut (Bläschenbildung an den Streckseiten der Arme und Beine), Abgeschlagenheit, niedrige Eisen- oder Vitaminspiegel oder erhöhte Leberwerte im Blut äußern. Eine über Jahre unbehandelte Zöliakie kann zu Blutarmut, einer verringerten Knochendichte und einem höheren Risiko für bestimmte Dünndarmtumore führen. Die Diagnose der Zöliakie wird über die Bestimmung von IgA-Antikörpern im Blut und die mikroskopische Begutachtung der Darmschleimhaut gestellt. Wenn der Verdacht auf Zöliakie besteht ist es in diesem Zusammenhang wichtig sich bis zur Diagnosestellung nicht glutenfrei zu ernähren, weil eine Schädigung des Darms sonst nicht nachgewiesen werden kann. Bereits kleine Mengen von Gluten können die Darmwand schädigen. Die derzeit einzig mögliche Therapie ist deshalb ein lebenslanges strenges Meiden von Gluten. Dies stellt Betroffene im Alltag oft vor große Herausforderungen, weil auch beim Kochen oder beim Essen außer Haus darauf geachtet werden muss, kein Gluten versehentlich zu verzehren. Beim konsequenten Weglassen des Auslösers wachsen die Darmzotten aber wieder nach und die Symptome verbessern sich.

Glutenintoleranz

Sind andere Auslöser und auch Zöliakie ausgeschlossen und werden die Symptome durch Weglassen von Gluten besser, spricht man von einer Glutenintoleranz (auch Glutensensitivität oder „non-celiac-gluten-sensitivity“). Austestungen über IgG-Antikörper im Blut, wie sie derzeit angeboten werden, sind nicht aussagekräftig und werden deshalb auch nicht empfohlen. Die Angaben zur Häufigkeit in der Bevölkerung variieren zwischen 0,5 % und 13 %. Die häufigsten Symptome sind Magen- Darm-Beschwerden wie Durchfälle, Übelkeit, Blähungen, aber auch viele Beschwerden außerhalb des Magen-Darmtrakts wie Kopfschmerzen, Müdigkeit und andere. Es sind darüber hinaus jedoch keine Folgeerkrankungen und langfristige Komplikationen bekannt. Menschen, die eine Glutenintoleranz aufweisen, vertragen öfters gewisse Mengen des Auslösers. Ein strenges Meiden von Gluten ist nicht unbedingt notwendig. Neben diesen beiden Intoleranzen kann außerdem eine Weizenallergie, die über erhöhte Konzentrationen von IgE-Antikörpern nachgewiesen werden kann, und eine Unverträglichkeit von anderen Getreideinhaltsstoffen (z.B. bestimmte Ballaststoffen oder anderen Eiweißgruppen) die Ursache für Symptome sein.

Mag. Alexander HERZOG

Obmann-Stv. der SVA

Die SVA unterstützt ihre Versicherten im Hinblick auf die Darmgesundheit in Sachen Vorsorge bei nicht-entzündlichen Darmerkrankungen. So können zum Beispiel Versicherte ab dem 50. Lebensjahr die Darmkrebs-Früherkennung in Anspruch nehmen. Sie umfasst den jährlichen Hämoccult-Test (Untersuchung des Stuhls auf Blut) und alle zehn Jahre eine Darmspiegelung (Vorsorge-Koloskopie).

Darmkrebs ist bei Männern und Frauen die zweithäufigste Krebserkrankung. Rund 5.000 Menschen in Österreich erkranken jährlich an Darmkrebs und für etwas mehr als die Hälfte davon verläuft die Krankheit sogar tödlich. Je früher Darmkrebs erkannt wird, umso größer sind die Heilungsaussichten. Bei keiner anderen Krebserkrankung ist der Wert der Früherkennung und der Krebsvorsorge so gut abgesichert wie bei Darmkrebs. Durch einen gesunden Lebensstil können viele Darmkrebs-Erkrankungen verhindert werden und regelmäßige, frühzeitige Vorsorgeuntersuchungen verbessern die Prognose sowie den Krankheitsverlauf wesentlich.

In den vergangenen Jahrzehnten haben wir uns viel zu sehr auf die reine Reparaturmedizin konzentriert und ein Versorgungssystem aufgebaut, das erst dann eingreift, wenn die Menschen schon krank sind. Dies bedeutet, dass wir in der Gesundheitspolitik dringend einen Paradigmenwechsel vorantreiben müssen. Weg von der Reparaturmedizin hin zu ‚gesund bleiben‘ bzw. vorbeugen. Wir müssen den Menschen viel mehr gesunde Lebensjahre ermöglichen. Bei der Gesundheit und auch speziell bei der Darmgesundheit gibt es Risikofaktoren, die jeder Einzelne selbst in der Hand hat. Wir als SVA sind davon überzeugt, dass sich langfristig jeder in die Prävention investierte Euro für unsere Versicherten – aber auch für das Gesundheitssystem – lohnt. Daher begleiten wir unsere Versicherten beim Gesundbleiben“, so Alexander Herzog, Obmann Stellvertreter der Sozialversicherung der gewerblichen Wirtschaft (SVA).

So können beispielsweise gesunde, ausgewogene Ernährung, durch Vermeidung von Übergewicht und auch der Verzicht auf Nikotin das Risiko an Darmkrebs zu erkranken, deutlich senken. Wohingegen der tägliche Verzehr von Fleisch und Wurstwaren, fett- und cholesterinreichen Nahrungsmitteln das Risiko um die Hälfte erhöht. Wer jedoch täglich Vollkorngetreide, Fisch, Obst und Gemüse konsumiert, der senkt das Risiko, an Darmkrebs zu erkranken um die Hälfte.

Michaela SCHARA

Bloggerin und Autorin

Morbus Crohn war bis 2004 ein Schreckgespenst, von dem ich gehört hatte, unter dem ich mir aber nichts vorstellen konnte. Dann erkrankte ich, und kurz darauf erhielt ich das Schreckgespenst als Diagnose. Während der langen Tage, an denen ich viel Zeit zum Nachdenken hatte, habe ich begonnen, die Momente zwischen den Schmerzen und den endlosen Klogängen mit meiner Kreativität zu füllen und meinen Frust über diesen ungebetenen Gast in Briefe zu fassen. Zuerst nur, um ein Ventil für mich zu haben. Später, um meiner Umwelt das mitzuteilen, wozu ich im Gespräch nicht fähig war. Weil man manche Sachen leichter schreiben kann, als darüber zu sprechen. Als mir die Worte ausgingen, habe ich zu zeichnen begonnen. Im Lauf der Zeit ist ein Manuskript entstanden. Manches darin ist traurig, anderes schräg und einiges heiter. Es ist das Leben, mit dem man als Crohn-Kranke täglich konfrontiert wird. Mit meinen Texten und Cartoons will ich Betroffenen zeigen, dass sie nicht alleine sind.

www.lieberherrcrohn.at