

## Gallenbeschwerden – so können Gallensteine vermieden werden

*Von der schmerzhaften Kolik zur Beschwerdefreiheit*

25.02.2011 Gallensteine verursachen zumeist keine Beschwerden und werden oft als zufälliger Befund bei Ultraschalluntersuchungen entdeckt. Nur bei ca. 20% der Gallensteinträger treten längerfristig Beschwerden auf.

Nichtsdestotrotz sind Gallensteine als gesundheitlicher Risikofaktor ernst zu nehmen, sind doch 10% bis 20% der Bevölkerung in Deutschland von diesen betroffen.

Das Portal Gesund in Bayern bietet Informationen über Ursachen und [Symptome von Gallensteinen](#), sowie über Behandlung und Prävention.

Was sind Gallensteine?

Gallensteine, in der medizinischen Fachterminologie [Cholelithiasis](#) genannt, entstehen in der Gallenblase durch eine Eindickung der Gallenflüssigkeit zum Beispiel auf Grund eines Cholesterinüberschusses. D.h. in den meisten Fällen handelt es sich bei Gallensteinen daher um Cholesterinsteine.

Frauen sind bis zu dreimal häufiger als Männer von Gallensteinen betroffen. Landläufig kennzeichnen die fünf „f“ die Risikogruppen für eine potentielle Entstehung von Gallensteinen: "female" (weiblich), "fair" (blond), "fat" (übergewichtig), "fertile" (fruchtbar) und "fourty" (vierzig).

Prävention

Der beste [Schutz vor Gallenbeschwerden](#) und Gallensteinen ist schlichtweg eine gesunde und [abwechslungsreiche Ernährung](#), da Übergewicht eine große Rolle bei deren Entstehung spielt.

Bei der Planung einer Diät sollte der Vertrauensarzt bezüglich medikamentöser Vorbeugung konsultiert werden, da durch diätische Maßnahmen eine Verminderung der Gallensalze entstehen kann.

Ursachen für Gallensteine

Die Gründe für hohe Cholesterinwerte sind Übergewicht durch kalorienreiche Ernährung und eine verringerte Gallensalzkonzentration. Auch eine familiäre Häufung von Gallenleiden macht eine vererbte Neigung zu derartigen Erkrankungen wahrscheinlich.

Folgende Faktoren begünstigen eine Steinbildung: Übergewicht, starker Gewichtsverlust, weibliche Hormone, hohes Alter, Krankheiten des Dünndarms sowie Ärger, Enttäuschung und Stress als Auslöser von Koliken.

Symptome für Gallensteine

Krampfartige Koliken im rechten Oberbauch sind kennzeichnend für Gallensteine, die nicht nur starke Schmerzen, sondern auch Übelkeit, Brechreiz und Blähungen verursachen. Die Koliken können bis zu fünf Stunden andauern. Darüber hinaus kann auf Grund der Steine eine akute Gallenentzündung auftreten, die keine Berührung des rechten Oberbauches mehr zulässt.

## Behandlung von Gallensteinen

Bei akuten Koliken setzt der Arzt ein Krampf lösendes Medikament sowie Schmerzmittel ein. Eine Infektion der Gallenblase wird mit Antibiotika behandelt.

Um eine endgültige Heilung zu erreichen, ist die Standardbehandlung von Gallensteinen die Entfernung der Gallenblase.

## Über gesund-in-bayern.info

Gesund-in-bayern.info ist das einzige Gesundheitsportal, das speziell auf bayerische Bedürfnisse zugeschnitten ist. In diesem Rahmen haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, exklusiv allen Bayern und Bayerinnen einen umfassenden Einblick in das Thema Gesundheit und Apotheke zu verschaffen. Auf unserem Portal finden Sie eine einzigartige Informationssammlung vor, wobei die Themen von der Darstellung klassischer Behandlungsmöglichkeiten über die Vorstellung alternativer Heilmethoden bis hin zur Aufzählung überlieferter Hausrezepte reichen.

## Kontakt und weitere Informationen

Pharmacy Services AG

Mittlere Dorfstrasse 3

8598 Bottighofen

Telefon: 0041 71 686 77 66

Telefax: 0041 71 686 77 00

E-Mail: [web@gesund-in-bayern.info](mailto:web@gesund-in-bayern.info)

Internet: <http://www.gesund-in-bayern.info>