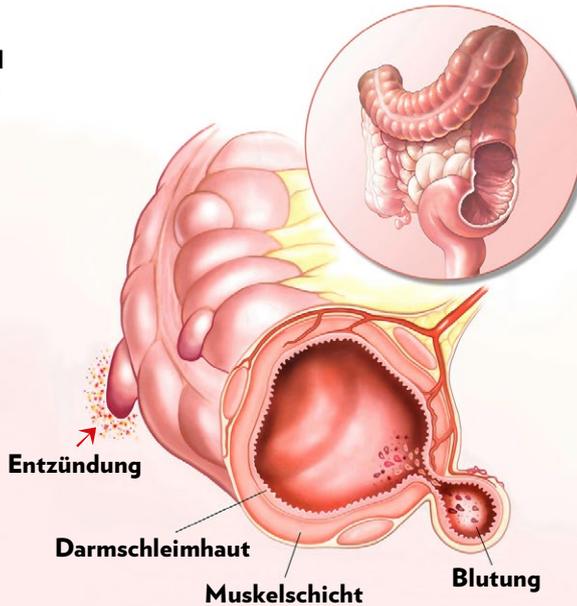


**Darmerkrankung**  
Divertikel können sich entzünden und einen sogenannten Schub auslösen. Blutungen sind eher selten.



## Tipp

Wählen Sie Grün! Spinat, Feldsalat und Rucola könnten das Risiko für eine Verfettung der Leber senken, so eine neue Studie aus Schweden.

## Beschriftung stoppt Appetit

**Dartmouth** Laut einer US-Studie sind zwei Hirnregionen, die uns zum Essen motivieren, weniger aktiv, wenn die Kalorienangabe sichtbar ist. Entsprechende Beschriftungen auf Verpackungen könnten demnach den Impuls für ungesundes Essen verringern.

[www.aponet.de](http://www.aponet.de)

## Guten Abend, gute Nacht

**Hamilton** Eine Schlafstudie aus Kanada zeigt: Menschen, die pro Nacht neun bis zehn Stunden schliefen, starben zu 27 Prozent häufiger und erlitten zu 10 Prozent mehr kardiovaskuläre Krankheiten als solche, die sechs bis acht Stunden schliefen.

[www.aerztezeitung.de](http://www.aerztezeitung.de)

## Schwung fürs Schlafzimmer

**Aarau** Experten des Kantonsspitals Aarau bringen am 22. Januar um 19 Uhr Licht ins Dunkel der Schlafzimmern. An einem öffentlichen Podiums-anlass thematisieren sie Aspekte sexueller Gesundheit von Mann und Frau und beantworten Fragen.

[www.ksa.ch](http://www.ksa.ch)

# Divertikel: Das sollten Sie wissen

Sicher ist: Sie sind schmerzhaft. Unklar ist: Wann und mit welcher Methode sollten Divertikel operiert werden? Dr. Daniel Christen weiss, wann man die **DARMAUSSTÜLPUNGEN** entfernen sollte und worauf man achten muss.

TEXT LISA MERZ

**S**tellen Sie sich einen Veloschlauch vor, der zu lange in der Sonne lag», sagt Dr. Daniel Christen. «Mit der Zeit bilden sich Blasen. So etwa kann man Divertikel beschreiben.» Der Viszeralchirurg kennt sich mit dem Thema aus. Er sagt, dass es der Aufklärung bedarf. «Es gibt einige Missverständnisse bei der Behandlung dieser Erkrankung.»

**Die häufigste** Komplikation bei Divertikeln ist, dass sie sich entzünden. Die Folge: Bauchschmerzen von unterschiedlicher Intensität. «Wichtig ist, dass man während eines sogenannten Schubs bei einem Arzt eine Computertomografie machen lässt. Nur so sieht man, wie stark die Entzündung wirklich ist», sagt Dr. Christen. «Viele meinen, dass nur der erste Schub gefährlich sei. Das

stimmt nicht. Auch weitere Schübe können lebensbedrohlich werden.» In vielen Fällen helfen Antibiotika, die Entzündung zu stoppen, die Divertikel bleiben allerdings. Werden sie nicht richtig behandelt, kann es im schlimmsten Fall zu einem Darmdurchbruch oder einem Verschluss kommen. «Eine Operation ist trotzdem nicht immer nötig», sagt der Chirurg.

**Patienten ab 50 Jahren**, die schon zwei Schübe hatten, erleiden mit grosser Wahrscheinlichkeit einen dritten. «Ab diesem Zeitpunkt sind weitere Schübe die Regel, und eine Operation ist die beste Möglichkeit, um Rückfälle zu verhindern», erklärt Dr. Christen. Bei einem chirurgischen Eingriff sei eines besonders wichtig: «Es geht nicht darum, alle Divertikel zu entfernen, sondern die richtigen Teile des Darms.»

Konkret spricht der Arzt vom letzten Teil des Dickdarms plus vom Übergang in den Mastdarm. Das sei zwar aufwendiger und komplizierter, aber extrem wichtig.

**Viszeralchirurg Christen** nimmt den Eingriff seit 25 Jahren laparoskopisch vor, also minimalinvasiv. Dazu braucht es vier kleine Schnitte statt eines grossen über den ganzen Bauch. «Diese Methode hat nur Vorteile: Sie ist genau und besonders schonend.»



**Dr. med. Daniel Christen**, Facharzt für Chirurgie an der Privatklinik Bethanien in Zürich.