

Sehr geehrte, liebe Frau Kollegin, sehr geehrter, lieber Herr Kollege,

Verdauungsprobleme gehören im klinischen Alltag zu den am häufigsten geklagten gastroenterologischen Beschwerden und unsere Fachgesellschaft DGVS hat 2022 eine Leitlinie zur pharmakologischen Stufen-Therapie publiziert – nicht ganz zufällig eine neuseeländische Arbeitsgruppe hat nun ein alternatives Behandlungskonzept vorgestellt ...

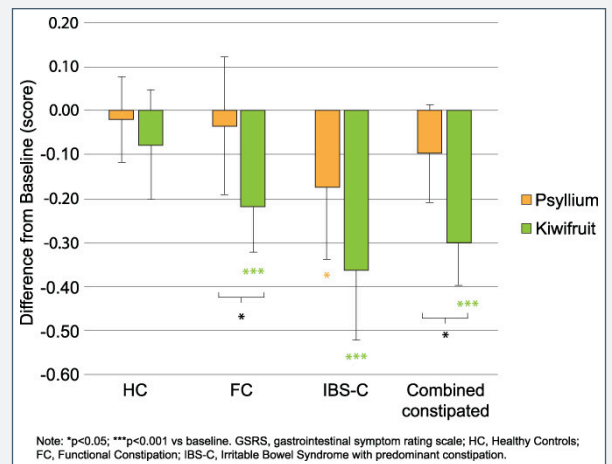
Spaß und Gewinn beim Lesen dieser Studie wünscht Ihnen aus der medius KLINIK OSTFILDERN-RUIT
Ihr Bodo Klump

MIT KIWIS VERSTOPFUNG ERFOLGREICH BEKÄMPFEN UND LEBENSQUALITÄT GEWINNEN

Gearry R et al. Consumption of two green kiwifruits daily improves constipation and abdominal comfort – Results of an international multicenter randomized controlled trial. Am J Gastroenterol 2023; 118(6): 1058-68

HINTERGRUND: Funktionelle Obstipation oder chronisch-idiopathische Obstipation sowie das Reizdarmsyndrom vom Obstipationstyp gehören zu den am häufigsten geklagten Verdauungsbeschwerden – medikamentöse Therapien sind nicht immer erfolgreich und unter Umständen mit Nebenwirkungen verbunden.

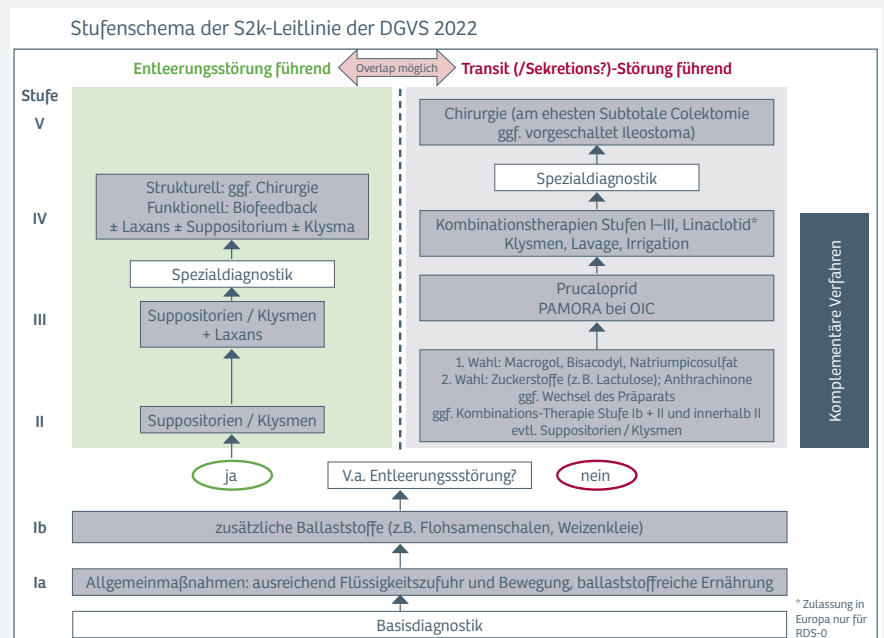
METHODIK: Die Arbeitsgruppe schloss gesunde Probanden/Kontrollen (n=63), Pat. mit funktioneller Obstipation (n=60) und Pat. mit Reizdarmsyndrom vom Obstipationstyp (n=61) in ihre Studie ein. Im Hinblick auf vollständige Stuhlentleerungen und Bauchbeschwerden wurde der tägliche Verzehr von zwei Kiwis mit der Einnahme von 7,5 g Flohsamenschalen (Psyllium) verglichen.



ERGEBNISSE: Der Kiwi-Verzehr führte in beiden Patientengruppen zu einer hochsignifikanten Zunahme kompletter Stuhlentleerungen und einer Verbesserung des Bauchbefindens.

KOMMENTAR: Der wunderbare Mark Twain hat nicht immer (ganz) Recht: ist man nicht gerade von einer Kiwi-Allergie betroffen, lässt sich die Obstipation diätetisch durch Genuss zweier dieser Früchte pro Tag erstaunlich effizient verbessern – und die „komplementären Verfahren“ unserer Leitlinie gewinnen neuen Inhalt ...

» Die einzige Methode, um gesund zu bleiben, besteht darin, zu essen, was man nicht mag, zu trinken, was man verabscheut, und zu tun, was man lieber nicht täte. | Mark Twain



Prof. Dr. med. Bodo Klump
Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie, Pneumologie, Palliativ- und Tumormedizin

TELEFON 0711 / 4488-12400
FAX 0711 / 4488-11409
E-MAIL b.klump@medius-kliniken.de

medius KLINIK OSTFILDERN-RUIT
AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS
DER UNIVERSITÄT TÜBINGEN
Hedelfinger Straße 166
73760 Ostfildern

DKG Zertifiziertes
Onkologisches Zentrum

DKG
KREBSGESELLSCHAFT
Zertifiziertes
Darmkrebszentrum

