

Darmträgheit – oder Verstopfung und Obstipation

Von Verstopfung spricht man, wenn die Verdauung seltener wird und mit Beschwerden einhergeht, wie dem Gefühl einer unvollständigen Entleerung, Übelkeit, dem Gefühl stark pressen zu müssen usw.

Die meisten Menschen haben dreimal täglich bis dreimal wöchentlich Verdauung. Bei Menschen mit einer unheilbaren Krebserkrankung gilt: ein fehlender Stuhlgang ist von untergeordneter Bedeutung, wenn der Patient keine Beschwerden hat.

Woher kommt die Verstopfung?

- Allgemeine Schwäche mit Bewegungsmangel
- Geringe Flüssigkeitsaufnahme
- Eingeschränkte Nahrungsaufnahme
- Darmerkrankung
- Nebenwirkung von Medikamenten wie Schmerzmitteln, Mitteln gegen Übelkeit und Eisenpräparaten

Was kann man tun?

- Stuhlgewohnheiten beobachten. Wie häufig? Beschaffenheit der Verdauung?
- Auf die Trinkmenge achten.
- Verordnete Mittel zur Förderung der Verdauung einnehmen, auf die Wirkung achten.
- Jeder Mensch hat andere Verdauungsgewohnheiten und reagiert unterschiedlich auf verdauungsfördernde Medikamente. Wenn keine Koliken oder Durchfälle auftreten, kann die Dosis meist erhöht werden.
- Sprechen Sie mit Ihrem Pfltegeteam, wenn das Gefühl einer zunehmenden Verstopfung aufkommen sollte.

Wann braucht man Hilfe?

- Wenn für zwei oder drei Tage keinerlei Darmtätigkeit stattgefunden hat.
- Wenn das Wohlbefinden beeinträchtigt wird und Zeichen einer Verstopfung auftreten.
- Wenn Sie unsicher sind, wie Sie sich verhalten sollen.

In der Mehrzahl der Fälle wird das Problem gelöst, wenn ausreichend Abführmittel genommen werden. Vielleicht wird manchmal ein Zäpfchen oder ein Klistier benötigt.

Autor: Dr. med. Hinrich Haag. Alle Rechte liegen beim Autor. Mai 2019.