



CED - KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV

In Kooperation mit dem FK Austria Wien



PRESSEMAPPE

CED-Kompass in Kooperation mit dem FK Austria Wien

Präsentation der Awareness-Kampagne „#DÜbistnichtallein“

für Menschen mit Morbus Crohn & Colitis ulcerosa

Freitag, 03. Mai 2019, 12:30 Uhr

Generali-Arena / VIP-Klub NORD, 2. Stock | Horrplatz 1 | 1100 Wien



CED - KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV



INHALT

# Überblick Sprecherinnen & Sprecher	S. 3
# Presseinformation	S. 4
# Statements der Sprecherinnen & Sprecher	S. 5-7
○ Mag. Markus KRAETSCHMER	
○ Alexander GRÜNWALD	
○ Ing. Evelyn GROSS	
○ Priv.-Doz. Dr. Sieglinde REINISCH	
# CED-Kompass und ÖMCCV: Informationen zur Initiative	S. 8-9
# Wissen: Alles rund um den Darm, Morbus Crohn & Colitis ulcerosa	S.10-12

Der dieser Pressemappe beiliegende Infoflyer gibt weitere Informationen zu den Services des CED-Kompass sowie den geplanten Awareness-Aktivitäten rund um den Welt-CED-Tag, am 19. Mai 2019. Alle Details sind auch auf der Website www.ced-kompass.at zu finden.

Die Pressemappe steht auch unter www.ced-kompass.at im Pressebereich zum Download zur Verfügung.

Rückfragen & Kontakt

Mag. Claudia Fuchs / Medien & Sponsoring / claudia.fuchs@ced-kompass.at / +43 676 88 676 8847
Mag. Alexander Schauflinger / office@ced-kompass.at / +43 664 86 88 145



CED - KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV



ÜBERBLICK SPRECHERINNEN & SPRECHER

Reihenfolge nach Abfolge der Statements

Mag. Markus KRAETSCHMER

Vorstandsvorsitzender FK Austria Wien AG



© Foto FK Austria Wien

Alexander GRÜNWALD

Kapitän des FK Austria Wien



© Foto FK Austria Wien

Ing. Evelyn GROSS

Präsidentin der ÖMCCV* und EFCCA* Beauftragte

Projektinitiatorin der Initiative CED-Kompass



Foto privat

Priv.-Doz. Dr. Sieglinde REINISCH

Medizinische Universität Wien / Klinische Abteilung

Gastroenterologie & Hepatologie

Vorstandsmitglied darmplus – CED Initiative Österreich



*ÖMCCV: Österreichische Morbus Crohn-Colitis ulcerosa Vereinigung, EFCCA: European Federation of Crohn's & Ulcerative Colitis Associations



CED - KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV



PRESSEINFORMATION: FK Austria Wien und der CED-Kompass setzen ein Zeichen für Betroffene von Chronisch Entzündlichen Darmerkrankungen (CED)

Start der gemeinsamen Awareness-Kampagne „#DUBISTNICHALLEIN“ für Menschen mit Morbus Crohn & Colitis ulcerosa. Stadionaktion am 5. Mai, Publikumsevent am 19. Mai beim Wiener Riesenrad

Wien am 3. Mai 2019

Am 19. Mai – dem Welt-CED-Tag – wird jährlich weltweit auf die Belastungen von Betroffenen mit **Morbus Crohn** oder **Colitis ulcerosa** aufmerksam gemacht. In Österreich leiden etwa 60.000 bis 80.000 Menschen an diesen Chronisch Entzündlichen Darmerkrankungen (CED) - Tendenz steigend.

Im Zuge des heutigen Pressegesprächs haben die Patienteninitiative **CED-Kompass** und der **FK Austria Wien** die Awareness-Kampagne unter dem Motto **#DUBISTNICHALLEIN** gestartet und die entsprechenden Aktivitäten präsentiert. Ziel der Kampagne ist es, über die Erkrankungen aufzuklären, mit Tabus zu brechen und dadurch in der breiten Öffentlichkeit mehr Bewusstsein für Morbus Crohn und Colitis ulcerosa zu schaffen. Die Aktivitäten starten mit einer Stadionaktion beim Bundesligaspiel des FK Austria Wien gegen den FC Red Bull Salzburg (5. Mai, Generali Arena, 17:00 Uhr) und schließen mit der Publikumsaktion **#lilaschleife** am Welt-CED-Tag (19. Mai) beim Wiener Riesenrad.

Morbus Crohn? Colitis ulcerosa? - Viele haben noch nie davon gehört. Es handelt sich hierbei um Chronisch Entzündliche Darmerkrankungen (CED), an denen bis zu 80.000 ÖsterreicherInnen leiden. Tendenz steigend. Der Verdauungstrakt ist aufgrund chronischer Entzündungen massiv betroffen, die Erkrankung verläuft schubförmig und ist nicht heilbar. *Priv.-Doz. Dr. Sieglinde REINISCH, MedUni Wien und Präsidentin elect von darmplus erläutert: „Wir wissen, dass eine rasche Diagnose und eine frühzeitige effektive Therapie entscheidend für den langfristigen Verlauf dieser Erkrankungen sind. Mit der richtigen Therapie ist es für viele Betroffene möglich, einen weitestgehend normalen Alltag zu führen.“*

CED-Kompass: Orientierung für CED-Betroffene in Österreich

Mit dem **CED-Kompass** der ÖMCCV* steht seit 2018 eine umfassende Serviceplattform für Betroffene und deren Angehörige zur Verfügung. „Die Plattform www.ced-kompass.at ist heute die wesentlichste Anlaufstelle für alle Betroffenen von Morbus Crohn und Colitis ulcerosa und bietet diverse On- und Offline-Services, unter anderem die CED-Helpline. Neben diesen Services ist der CED-Kompass auch Dreh- und Angelpunkt für breite Bewusstseinsmaßnahmen. Wir danken dem FK Austria Wien für die Unterstützung der Kampagne, denn wir sind davon überzeugt, dass es mit der Emotion des ‚Profi-Fußballs‘ gelingt, die breite Öffentlichkeit über Chronisch Entzündliche Darmerkrankungen zu informieren und mit den damit verbundenen Tabus zu brechen“, betont Ing. Evelyn GROSS, Präsidentin der ÖMCCV* und Projektinitiatorin der Initiative CED-Kompass.

FK Austria Wien – der Profi-Fußball schafft Awareness für Morbus Crohn & Colitis ulcerosa

Der FK Austria Wien unterstützt bereits seit vielen Jahren Projekte, bei denen sozial schwächeren oder chronisch kranken Menschen geholfen wird. *Markus KRAETSCHMER, Vorstandsvorsitzender FK Austria Wien AG: „Als der CED-Kompass an uns herangetreten ist, war uns klar, dass wir unterstützen wollen. Im Mai setzen wir daher zahlreiche Aktivitäten mit dem Ziel, das breite Publikum beim Fußball auf die vielen Alltags-Herausforderungen von CED-Betroffenen aufmerksam zu machen und vor allem mit den Tabus zu brechen.“* Ein Video-Clip mit dem Kapitän des FK Austria Wien – Alexander Grünwald – sowie eine großangelegte Awareness-Aktion beim Bundesliga-Spiel FK Austria Wien vs. FC Red Bull Salzburg (05. Mai ab 17:00 Uhr in der Generali Arena) bilden den Start der Kampagne. „*CED-Betroffene sind oft in meinem Alter – Jugendliche und junge Erwachsene – sie stehen in der Mitte ihres Lebens. Als Kapitän einer Fußballmannschaft, die stets in bester gesundheitlicher Verfassung sein muss um Spitzenleistungen abzurufen, ist es mir ein besonderes Anliegen darauf aufmerksam zu machen, dass chronische Erkrankungen – im Speziellen Morbus Crohn und Colitis ulcerosa – jeden von uns treffen können*“, bekräftigt Alexander GRÜNWALD, Kapitän des FK Austria Wien sein Engagement für dieses Projekt.

Großes Finale am Welt-CED-Tag: 19. Mai beim Wiener Riesenrad!

„*Sei dabei!*“ heißt es am 19. Mai 2019, wenn der CED-Kompass am Welt-CED-Tag die ersten 300 Personen, die sich ab 15:00 Uhr beim Infostand vor dem Riesenrad einfinden und sich auf der Kaiserwiese zur „größten menschlichen lila Schleife“ formieren, zu einer Freifahrt mit dem Wiener Riesenrad lädt. Darüber hinaus wird am Abend des 19. Mai das Wiener Riesenrad in der Farbe „Lila“ – der internationalen Farbe für Morbus Crohn und Colitis ulcerosa – erstrahlen! Alle Infos zu den Aktivitäten unter www.ced-kompass.at



CED - KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV



Statement Markus KRAETSCHMER

Vorstandsvorsitzender FK Austria Wien AG:

„Der **FK Austria Wien** unterstützt bereits seit vielen Jahren Projekte, bei welchen sozial schwächeren oder chronisch kranken Menschen geholfen werden kann. Als der **CED-Kompass** an uns herangetreten ist, haben wir erstmals erfahren, dass es in Österreich laut Schätzungen knapp 80.000 Betroffene von Morbus Crohn und Colitis ulcerosa gibt. Wir sprechen hier von schweren Erkrankungen des Verdauungsapparates, die nicht heilbar sind und teilweise eine große Einschränkung im Alltag der Betroffenen mit sich bringen. Besonders viele CED-Betroffene sind jung, stehen mitten im Leben und brauchen in schwierigeren Zeiten vor allem das Verständnis der breiten Öffentlichkeit. Für uns war klar: wir wollen helfen!

An vielen Tagen geht es den Betroffenen ganz gut, man wird als Außenstehender vielleicht gar nicht merken, dass diese Personen überhaupt krank sind, denn diese Erkrankung tritt schubweise auf. An anderen Tagen macht sich die Erkrankung durch Beschwerden wie Fieber, Appetitlosigkeit, häufige Durchfälle, Bauchkrämpfe Abgeschlagenheit, etc. bemerkbar. Die Betroffenen können dann eventuell nicht volle Leistung in ihrem Job oder ihrer Ausbildung abrufen oder scheuen davor zurück, mit Freunden die Freizeit zu verbringen.

Doch genau dann sollten sich diese Personen nicht allein fühlen! Ich bin überzeugt, dass es besonders während dieser schwierigen Zeit für Betroffene wichtig ist, dass ihre Mitmenschen (sei es beruflich oder privat) über den Zustand dieser Erkrankung Bescheid wissen und Verständnis zeigen.

Genau da setzen wir – der **FK Austria Wien** – mit unseren gemeinsamen Aktivitäten an: wir wollen dabei helfen, die breite Öffentlichkeit über die Krankheitsbilder Morbus Crohn und Colitis ulcerosa zu informieren! Wir wollen als Sprachrohr dienen und damit den Betroffenen die Aufmerksamkeit geben, die ihnen zusteht! Denn eines soll für alle Betroffenen klar sein: **DU bist nicht allein!**

Statement Alexander GRÜNWALD

Kapitän des FK Austria Wien:

„Als Kapitän des **FK Austria Wien** habe ich mich dazu entschieden, den **CED-Kompass** - und somit alle Betroffenen von Morbus Crohn und Colitis ulcerosa in Österreich - dabei zu unterstützen, diesen Erkrankungen eine Stimme in der Öffentlichkeit zu geben. Die Betroffenen sind oft in meinem Alter – Jugendliche und junge Erwachsene – sie stehen in der Mitte ihres Lebens und haben im Alltag mit vielen Herausforderungen zu kämpfen.

Ich bin gesund, kann meinen Traumjob ausüben und muss mir keine Gedanken im Alltag darüber machen, wo die nächste Toilette ist oder wie ich meine Bauchkrämpfe und Blähungen oder meine ständige Müdigkeit und Abgeschlagenheit überwinden kann. Ich muss mir auch keine Gedanken darüber machen, ob ich es meinen Freunden und Kollegen sagen soll, dass ich chronisch krank bin.



CED-KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV



Beim Videodreh für diesen Spot habe ich erfahren, dass es viele tausend Menschen in Österreich gibt, die lebenslang von ihrer CED (Chronisch Entzündliche Darmerkrankung) begleitet werden. Sie alle wollen ein ganz normales Leben führen und als „normale“ Menschen in der Gesellschaft wahrgenommen werden. Sie wollen aber vor allem eins: dass die Gesellschaft darüber Bescheid weiß, dass es sich bei Morbus Crohn und Colitis ulcerosa um lebenslange Erkrankungen handelt, die jeden treffen können und für Betroffene ernsthafte Folgen haben können.

*Umso wichtiger ist es, dass wir alle gemeinsam ein Zeichen setzen! Das wollen wir mit diesem Awareness-Video tun! Und wir wollen auch am kommenden Sonntag – vor dem Spiel gegen FC Red Bull Salzburg – ein Zeichen für alle CED-Betroffenen da draußen setzen! Damit soll jeder einzelne Betroffene von Morbus Crohn und Colitis ulcerosa wissen: **DU bist nicht allein!***

Statement Ing. Evelyn GROSS

Präsidentin der ÖMCCV* und EFCCA* Beauftragte / Projektinitiatorin der Initiative CED-Kompass:

„Mit dem **CED-Kompass** haben wir – die **ÖMCCV** * – im Mai 2018 eine Info- und Serviceplattform ins Leben gerufen, welche mit zahlreichen Infos und Services rund um Morbus Crohn und Colitis ulcerosa vor allem die vielen „jungen“ Betroffenen in Österreich ansprechen soll. Das Ziel des **CED-Kompass** ist es, unkompliziert Hilfe in hoher Qualität anzubieten. Von Anfang an war auch klar: es ist – neben den neuen Services für Betroffene – ebenso wichtig und wesentlich, breite Aufmerksamkeit für Morbus Crohn und Colitis ulcerosa in Österreich zu schaffen! Immerhin handelt es sich um chronische, lebenslange Erkrankungen, die mittlerweile etwa 80.000 Menschen (mit steigender Tendenz) in Österreich betreffen.“

Es freut uns daher sehr, dass uns der **FK Austria Wien** eine großartige Plattform zur Bewusstseinsschaffung zur Verfügung gestellt hat – den Spitzensport. Wir sind davon überzeugt, dass es mit der Emotion, die der „Profi-Fußball“ mit sich bringt gelingt, die breite Öffentlichkeit über CED (Chronisch Entzündliche Darmerkrankungen) zu informieren und die damit verbundenen Tabus rund um diese Erkrankungen des Verdauungstraktes gebrochen werden können.

Im Mai 2019 setzt der **CED-Kompass** – gemeinsam mit dem **FK Austria Wien** – im Vorlauf zum **Welt-CED-Tag (19.Mai 2019)**, zahlreiche Aktivitäten unter dem Motto **#DUBISTNICHALLEIN** um.

Angefangen mit der heutigen Präsentation des Awareness-Videos, in welchem – neben Alexander Grünwald und zwei jungen Betroffenen – auch Prof. Dr. Harald Vogelsang (Leiter der größten österreichischen Ambulanz für Chronisch Entzündliche Darmerkrankungen im AKH Wien) sowie ich zu Wort kommen.

* ÖMCCV: Österreichische Morbus Crohn-Colitis ulcerosa Vereinigung, EFCCA: European Federation of Crohn's & Ulcerative Colitis Associations



Übermorgen, am **05. Mai 2019**. Mai 2019, folgt eine große **Awareness-Aktion** vor Anpfiff des Spiels FK Austria Wien – FC Red Bull Salzburg hier in der Generali Arena. Die Spieler werden unmittelbar vor Anpfiff ein Banner ausrollen, welches Aufmerksamkeit für Morbus Crohn und Colitis ulcerosa schaffen soll. Die Ballkinder werden eigens angefertigte Promo-Bälle ins Publikum werfen und das **Awareness-Video** mit Alexander Grünwald wird in der Pause zu sehen sein!

Das große Finale begehen wir dann am internationalen **Welt-CED-Tag** – dieser findet jährlich weltweit **19. Mai 2019** statt – beim **Wiener Riesenrad**! Wir rufen die Öffentlichkeit dazu auf, ab 15:00 Uhr gemeinsam mit uns die „**größte menschliche lila Schleife**“ zu bilden. Die ersten 300 Personen, die sich an dieser Aktion beteiligen, erhalten vor Ort ein lila T-Shirt und eine Freikarte für das Wiener Riesenrad!

Statement Priv.-Doz. Dr. Sieglinde REINISCH

Medizinische Universität Wien, Klinische Abteilung für Gastroenterologie & Hepatologie, Vorstandsmitglied darmplus – CED Initiative Österreich:

„Es ist davon auszugehen, dass in Österreich zurzeit etwa 60.000 – 80.000 Menschen von Morbus Crohn und Colitis ulcerosa betroffen sind – Tendenz jedoch steigend!

Wir wissen mittlerweile, dass eine rasche Diagnose und eine frühzeitige effektive Therapie entscheidend für den weiteren Verlauf dieser Erkrankungen sind. Mit der richtigen Therapie ist es für viele Betroffene möglich, einen weitestgehend normalen Alltag zu führen. Jedoch muss die Behandlung meist ein Leben lang erfolgen. Im Gegensatz zu früher, stehen uns heute mehr Therapien zur Verfügung und es kommen, Dank der Forschung, immer wieder neue Medikamente auf den Markt.

Dennoch gibt es im Alltag viele Herausforderungen, mit denen man als Betroffene/er konfrontiert ist – sei es jetzt zB. im Job, in der Freizeit, in der Sexualität oder der Familienplanung. Morbus Crohn und Colitis ulcerosa beeinflussen alle Lebensbereiche. Deshalb ist es unumgänglich, dass die Betroffenen neben einer guten medizinischen Betreuung auch kompetente Unterstützung im sozialen Bereich erhalten.

Der **CED-Kompass** – gilt hier als absoluter Vorreiter. Die Betroffenen erhalten dort genau die Orientierung, die sie immer wieder brauchen. Sie erhalten alle Infos rund um die Erkrankung und werden im Bedarfsfall direkt zu den richtigen Ansprechpartnern verwiesen. Das ist wichtig und wesentlich für den gesamten Krankheitsverlauf bzw. den Therapieerfolg und somit auch für eine gute Lebensqualität der Betroffenen.

Ich persönlich finde es großartig, dass der **FK Austria Wien** die Initiative des **CED-Kompass** in Richtung Awareness-Schaffung hierbei unterstützt! Denn auch wir – und hier spreche ich wohl stellvertretend für alle meine KollegInnen, die Betroffene mit einer Chronisch Entzündlichen Darmerkrankung (CED) betreuen – sind der Meinung, dass es dringend mehr Aufmerksamkeit und Aufklärung rund um Morbus Crohn und Colitis ulcerosa bedarf!



ANHANG

1) Der CED-KOMPASS der ÖMCCV*: Die Anlaufstelle für Menschen mit Chronisch Entzündlichen Darmerkrankungen

*Mit dem **CED-Kompass** bietet die **ÖMCCV*** Menschen mit Chronisch Entzündlichen Darmerkrankungen (CED) zusätzliche Unterstützung für die Bewältigung ihrer Krankheit an. Kernstück ist die CED-Telefon-Helpline, die durch spezialisierte CED-Nurses betreut wird. Darüber hinaus gibt es diverse on- und offline-Angebote. Dreh- und Angelpunkt der neuen Services ist die Website www.ced-kompass.at. Alle Services sind kostenlos!*

Lebensqualität stark betroffen – Selbsthilfe als wichtiger Faktor in punkto Therapieerfolg

In Österreich sind etwa 60.000 bis 80.000 Menschen von Chronisch Entzündlichen Darmerkrankungen (Morbus Crohn und Colitis ulcerosa) betroffen. Tendenz steigend. Meist sind die Betroffenen bei Diagnosestellung relativ jung und etwa zwischen 18 und 45 Jahre alt. Krankheitssymptome sind unter anderem blutige Durchfälle, Bauchschmerzen, Fieber, Müdigkeit und Gewichtsverlust – schwerwiegende Folgen wie Inkontinenz und Darmkrebs nicht ausgeschlossen. Chronisch Entzündliche Darmerkrankungen (CED) sind für die Betroffenen äußerst belastend. Eine Heilung gibt es derzeit nicht. Die Therapien reichen von Kortison über Immunsuppressiva bis hin zu Biologika und neuen, zielgerichteten Therapien, aber auch diversen chirurgischen Eingriffen im Bereich des gesamten Verdauungstraktes. Die Konzentration liegt auf der Bekämpfung von Symptomen und Komplikationen. Zu einer optimalen Patientenversorgung gehören aber viele weitere Aspekte, die vor allem darauf abzielen, die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern. Wichtige Themen in diesem Zusammenhang sind die eigene Mobilität, die Ernährung sowie die Lebens- und Familienplanung.

Kompetente Beratung rund um Diagnose wichtig

Aus Erfahrung ist bekannt, dass kompetente Ansprechpartner vor allem rund um die Diagnosestellung wichtig sind. Oft sind die Betroffenen in dieser Phase stark verunsichert und haben gleichzeitig Schwierigkeiten, den Alltag zu bewältigen. Dieser ist geprägt von Durchfällen, Müdigkeit und Schmerzen. Dazu kommen die ständige Angst, es nicht mehr bis zur nächsten Toilette zu schaffen und das Schamgefühl gegenüber dem familiären oder beruflichen Umfeld. „*Der CED-Kompass hilft Betroffenen dabei, mit Ihrer Erkrankung und den damit zusammenhängenden Fragen nicht mehr alleine zu sein*“ **betont Ing. Evelyn Groß, Präsidentin der ÖMCCV* und Projektinitiatorin des CED-Kompass.** „*Durch gezielte Awareness-Maßnahmen sollen Morbus Crohn und Colitis ulcerosa mehr Aufmerksamkeit bekommen und der CED-Kompass weiter wachsen.*“ „*Außerdem bekommen Betroffene bei uns kompetente Antworten auf Fragen, die sie sonst unter Umständen aus fragwürdigen Quellen beziehen würden.*“



CED - KOMPASS

Ein Service der ÖMCCV



Der CED-Kompass im Überblick (www.ced-kompass.at)

- # Umfassendes **Wissen** zu allen Fragen rund um **Morbus Crohn** und **Colitis ulcerosa**.
- # **Dein Leben mit CED:** Hier findet sich laufend neuer Content zu Themen wie Ernährung, Arbeitsplatz, Schule, Freizeit, Familie, Partnerschaft, Sexualität, Schwangerschaft, CED bei Kindern und Jugendlichen, CED und Reisen uvm.
- # **Die Services** des CED-Kompass:
 - a. **CED-Kompass Helpline** (rund 10h/Woche aktiv) – zum Ortstarif unter 01/267 6 167 zu bestimmten Zeiten erreichbar
 - b. CED-Kompass **WhatsApp-Infochannel** - „Bleib informiert!“
 - c. **meinefrage@ced-kompass.at** beantwortet alle Fragen innerhalb von 48h oder ruft zurück!
 - d. **CED-Kompass Newsletter** 4xjährlich: Was war, was kommt?
 - e. Dazu laufend aktuelle **Infos auf twitter, Instagram** sowie **www.ced-kompass.at**
 - f. **Event & Termine:** Patienten-Infotage, ÖMCCV-Treffen sowie alle Termine rund um die Themen Morbus Crohn, Colitis ulcerosa und Darmgesundheit auf einem Blick!

Nähere Informationen zum **CED-Kompass** unter www.ced-kompass.at!

Der **CED-Kompass** ist eine Initiative der **ÖMCCV***. Die *Österreichische Morbus Crohn-Colitis ulcerosa Vereinigung (ÖMCCV)* setzt sich seit 35 Jahren unter dem Motto „von Betroffenen für Betroffene“ für die Bedürfnisse von Morbus Crohn und Colitis ulcerosa Betroffenen ein. Alle Informationen zur **ÖMCCV*** unter www.oemccv.at!

* Österreichische Morbus Crohn-Colitis ulcerosa Vereinigung



2) Wissen: Alles rund um Darm, Morbus Crohn & Colitis ulcerosa*

DER DARM: AUFBAU, AUFGABEN UND FUNKTION

Der Darm ist das größte Organ des menschlichen Körpers und doch wissen wir so wenig über ihn. Der menschliche Darm misst mehrere Meter und ist in verschiedene Abschnitte aufgeteilt. Der Dünndarm ist der längste Darmabschnitt und kann bis zu sieben Meter lang werden. Die Hauptaufgabe des Darms ist die Aufnahme von Inhaltsstoffen aus der Nahrung, die für uns lebenswichtig sind. Mit einer Gesamtoberfläche von 300 bis 400 m² ist der Darm das mit Abstand größte menschliche Organ. Hier sind 70 Prozent der Abwehrzellen angesiedelt, die essentiell für eine schlagkräftige Immunabwehr sind. Im Darm wird nicht nur die Nahrung aufgespalten, sondern es werden zudem Hormone und Vitamin K gebildet.

AUFBAU DES MENSCHLICHEN DARMS

Der menschliche Darm besteht aus einem Darmkanal, der sich in Dünndarm und Dickdarm aufteilt. Der Dünndarm beginnt nach dem Magen und geht in den Dickdarm über, der bis zum After reicht. Dünnd- und Dickdarm sind Hohlorgane, die mit Muskeln ausgekleidet und durch die so genannte „Ileozökalklappe“ voneinander getrennt sind. Der menschliche Darm kann insgesamt bis zu acht Meter lang sein.

DER DÜNN DARM

Der Dünndarm ist der längste Teil des Darmkanals und wird in drei Abschnitte unterteilt:

- Zwölffingerdarm (Duodenum), der direkt an den Magen anschließt
- Oberer Dünndarm (Jejunum)
- Unterer Dünndarm (Ileum), an dessen Ende die „Ileozökalklappe“ (Ventilmechanismus) den Dünndarm vom Dickdarm trennt.

DER DICKDARM

Der Dickdarm kann bis zu 1,10 Meter lang sein und besteht aus dem:

- Blinddarm (Zökum) mit Wurmfortsatz (Appendix)
- Dickdarm (Kolon), hier wird der Speisebrei eingedickt und die unverdauten Teile werden zum Mastdarm transportiert
- Mastdarm (Rektum) Abschnitt direkt vor dem After zur Speicherung des Stuhls

DIE DARMZOTTEN

Diese sind dünne, fingerförmige Ausstülpungen der Darmwand, vergrößern die innere Oberfläche des Darms und dienen der Aufnahme von Nährstoffen aus dem Darm. Darmzotten sind besonders ausgeprägt im Dünndarm zu finden. Der vordere Bereich des menschlichen Darms ist so gestaltet,



dass er die Nahrung ergreifen, zerkleinern und verdauen kann. Im mittleren Darmbereich wird die Nahrung in einfachere Bausteine gespalten und aufgenommen (absorbiert). Im menschlichen Enddarm wird der Nahrung Wasser entzogen und der unverdauliche Rest des Nahrungsbreis gesammelt, bevor er dann durch den After ausgeschieden wird.

DAS DARM-MIKROBIOM

Insbesondere der Dickdarminhalt besteht hauptsächlich aus Darmbakterien, die für viele Funktionen im Darm und im menschlichen Körper wesentlich sind:

- Vitamin-Synthese
- Entwicklung, Reifung und Funktion des Immunsystems
- Stärkung der Darmbarriere (Impermeabilität)
- Darm-Hirn-Achse (Hirnentwicklung und Funktion)

Umgekehrt findet sich bei vielen Stoffwechselerkrankungen (Diabetes mellitus, Fettleber) und Darmerkrankungen ein verändertes Mikrobiom (Darmflora).

BAUCH-HIRN-ACHSE

Unser Bauchgefühl ist oft die erste spürbare Reaktion auf einen Eindruck, die wir mit unseren Sinnen wahrnehmen. Im Darm befindet sich ein Netz aus über 100 Millionen Nervenzellen – dem enteralen Nervensystem – das sich von der Speiseröhre bis zum Enddarm zieht, weswegen es häufig auch als „Bauchhirn“ bezeichnet wird. Es ist evolutionstechnisch zwar älter, gleicht ihm aber neurochemisch. Diese Nervenzellen steuern nicht nur die Funktion des Darms. Der Darm befindet sich in einem regen Austausch zwischen dem Gehirn und anderen Organen – er kommuniziert.

Neben der traditionellen Sichtweise von Krankheiten des Magen-Darm-Trakts als Manifestation psychosomatischer Störungen wird besonders in der neuro-gastroenterologischen Forschung gezeigt, dass psychische Störungen durch Einflüsse vom Magen-Darm-Trakt bedingt sein können. Der Magen-Darm-Trakt kommuniziert über Signale mit dem Gehirn durch verschiedene Informationskanäle, die Auswirkungen auf den Magen-Darm-Trakt haben, die Stimmungslage, Emotionen, kognitive Prozesse und Appetit, aber auch Übelkeit und Schmerz hervorrufen und die Stressanfälligkeit beeinflussen können. Eine krankhaft veränderte Kommunikation zwischen Magen-Darm-Trakt und Gehirn kann auch für psychische Störungen verantwortlich sein.

CHRONISCH ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG

In Österreich leiden zirka 60.000-80.000 Menschen unter einer Chronisch Entzündlichen Darmerkrankung (CED) wie Colitis ulcerosa oder Morbus Crohn. Dabei handelt es sich um Entzündungen bestimmter Darmabschnitte (meist Ileum und Colon), wobei nicht nur die Schleimhaut, sondern alle Wandabschnitte des Darms betroffen sein können. Es kann dadurch zur Bildung von Geschwüren, Engstellen sowie Fisteln kommen. Die Patienten leiden unter Durchfall, Bauchschmerzen und Darmkomplikationen, die zu Darmverlust führen können. Morbus Crohn und Colitis ulcerosa sind nicht ansteckend, ihre Ursachen sind primär genetisch, aber auch



Umwelteinflüsse spielen eine große Rolle im Entstehen und beim Krankheitsverlauf. Beide Erkrankungen sind nicht heilbar, aber abheilbar.

MORBUS CROHN

Morbus Crohn ist eine chronische – zumeist schubweise auftretende – Entzündung, die nicht nur die Darmschleimhaut, sondern alle Schichten der Darmwand betrifft, die auch auf weitere Bereiche des Magen-Darm Traktes übergreifen kann. Meistens kommt es im Übergangsbereich zwischen Dünndarm und Dickdarm zu den Entzündungen, die durch Symptome wie krampfartige Schmerzen und Durchfall gekennzeichnet sind. Die Erkrankungsrate ist bei Männern und Frauen nahezu gleich, wobei die Erkrankung hauptsächlich zwischen 15 und 25 Jahren diagnostiziert wird. Die erhöhte Anzahl von Erkrankungen in der Familie deutet auf eine genetische Disposition für Morbus Crohn hin, aber auch Rauchen, Stress und die Ernährungsweise haben Einfluss. Die genaue Entstehung von Morbus Crohn ist allerdings noch nicht geklärt.

COLITIS ULCEROSEA

Colitis ulcerosa ist eine chronische Entzündung der Dickdarmschleimhaut, wobei sich im Verlauf der Krankheit Geschwüre in der Darmschleimhaut bilden können. Sie ist gekennzeichnet durch krampfartige Schmerzen und häufigen Durchfall mit Blut im Stuhl. Sie beginnt am unteren Ende des Dickdarms und breitet sich nach oben aus und ist im Gegensatz zu Morbus Crohn nur auf den Dickdarm begrenzt. Die Krankheit verläuft schubhaft und eine Heilung ist nicht möglich. Durch die heutigen Therapien und die verbesserte Kenntnis der Krankheit ist eine Verbesserung der Lebensqualität möglich. So sind auch lange vollständige Remissionen möglich. Von Colitis ulcerosa Betroffene haben ein erhöhtes Risiko an Darmkrebs zu erkranken. Beide Krankheitsbilder unterscheiden sich durch den Ort und das Ausmaß des Auftretens des Krankheitsbildes, aber je früher beide Erkrankungen diagnostiziert und behandelt werden, desto eher kann eine entsprechende Therapie greifen, die auch maßgeblich die Lebensqualität der Betroffenen steigert.

**Quelle: Verein darmplus – CED-Initiative Österreich*

Rückfragen & Kontakt

Mag. Claudia Fuchs / Medien & Sponsoring / claudia.fuchs@ced-kompass.at / +43 676 88 676 8847
Mag. Alexander Schauflinger / office@ced-kompass.at / +43 664 86 88 145