

Vorwort von Dr. med. Sven Georgi

Seit nunmehr 20 Jahren betreibe ich als Facharzt für Allgemeinmedizin und inzwischen auch Ernährungsmedizin eine Praxis in Berlin mit Schwerpunkt auf funktionellen Magen-Darm-Störungen und Reizdarm, seit inzwischen mehr als 13 Jahren zusammen mit Herrn Dr. Thomas Fiedler als meinem Partner. Gemeinsam haben wir inzwischen Hunderte, wenn nicht Tausende Patienten mit typischen Reizdarmsymptomen wie Blähbauch, Durchfall, Verstopfung, Bauchschmerzen und Unverträglichkeiten gegen die verschiedensten Nahrungsmittelgruppen behandelt.

In den letzten Jahren hat sich etwas getan! Es wird immer deutlicher, dass der Reizdarm keine rein psychosomatische Erkrankung aufgrund von Stressbelastung und schlechten Essgewohnheiten ist. Es mehren sich die Daten, dass der Reizdarm in vielen Fällen eine mikrobiologisch (mit-)verursachte Erkrankung darstellt, in den meisten Fällen bedingt durch Aufwuchern eigentlich physiologischer Dickdarmbakterien in Form einer bakteriellen Fehlbesiedlung (SIBO). Neue Erkenntnisse weisen auf eine Motilitätsstörung (Probleme mit dem Weitertransport unserer Nahrung im Darm) mit der Folge einer gestörten Darmreinigung hin. Die Ursachen für diese Störung sind vielfältig, insbesondere das (häufige) postinfektiöse Reizdarmsyndrom scheint jedoch oft eine Autoimmunerkrankung mit Bildung von Autoantikörpern gegen Bestandteile der Steuerung unserer Darmmotilität zu sein.

Diese neuen Erkenntnisse ermöglichen völlig neue Herangehensweisen in der Behandlung des Reizdarms und – insbesondere bei Vorliegen einer SIBO – auch eine Heilung der oft langjährigen Beschwerdesymptomatik. Nur ist dieses Wissen bisher nicht ausreichend in Arztpraxen angekommen. Deswegen haben Dr. Fiedler und

ich bereits vor einigen Jahren das Internetportal »Reizdarm-SOS« gegründet, wo wir solchen Patienten und Patientinnen online diagnostische Tests mit anschließender entsprechender Fachberatung durch ausgebildete Ernährungsberaterinnen zur Verfügung stellen.

Und nun gibt es endlich auch ein wissenschaftlich fundiertes Buch, das sich der Thematik annimmt und Ursachen, Diagnosemöglichkeiten sowie die derzeit vorhandenen Therapieoptionen bei Reizdarm und SIBO zusammenfasst. In diesem spannend erzählten Buch nimmt Dr. Fiedler uns mit auf eine Reise in unseren Darm und die Geheimnisse und Fallstricke unserer Verdauung. Er beschreibt, wie uns von Bakterien gebildete Gase belasten, wie man den Verursachern unserer Beschwerden auf die Schliche kommt und sie wieder in ihre natürlichen Schranken weist.

Er vereint dabei aufgrund seiner langjährigen Erfahrung als klinisch tätiger Arzt, Autor und Referent hohe fachliche Kompetenz mit gut verständlicher und anschaulicher Sprache. Nach Lektüre dieses Buch sind Sie in der Lage, SIBO zu erkennen und zu behandeln.

Ein Fachbuch für jedermann.

Es ist zu hoffen, dass viele Betroffene dieses Buch lesen.

Und hoffentlich auch viele Ärzte und Ärztinnen! Es lohnt sich!

Dr. med. Sven Georgi

Facharzt für Allgemeinmedizin und Ernährungsmedizin

Gründer www.reizdarm-sos.de