

Gallensteine: Steine im Körper

Prim. Dr. Christoph Kopf, Leiter der Abteilung für Chirurgie am Klinikum Schärading erklärt Wissenswertes rund um diese „Volkskrankheit“. Fast 30.000 Österreicher werden jährlich wegen Problemen mit der Gallenblase oder den Gallenwegen im Spital behandelt. Die häufigste Ursache sind Gallenblasensteine oder kurz Gallensteine.

Was sind Gallensteine?

Prim. Kopf: Gallensteine sind verfestigte Bestandteile der Gallenflüssigkeit. Ihre Größe kann von einigen Millimetern bis hin zu wenigen Zentimetern reichen. Sie können einzeln, mehrfach oder als feinsten Gallensand bzw. Gallengrieß vorliegen.

Wie entstehen Gallensteine?

Prim. Kopf: Dies kann genetisch bedingt sein, beispielsweise durch eine Veranlagung in der Familie. Risikogruppen sind Menschen mit Übergewicht, besonders wenn sie stark abgenommen haben oder Personen, die an Diabetes, Erkrankungen der Nebenschilddrüsen oder Leberzirrhose leiden oder teilweise auch Frauen während der Schwangerschaft.

Wie merkt man, dass man Gallensteine hat?

Prim. Kopf: Etwa 20 bis 30 Prozent aller Betroffenen haben Beschwerden. In den meisten Fällen bleiben die Steine jahrelang unentdeckt oder werden durch Zufall bei einem Ultraschall gesehen. Treten Beschwerden auf, so tun sie dies am häufigsten in Form einer Gallenkolik. Typische Anzeichen dafür sind krampfartig auf- und abwallende Schmerzen im rechten oder mittleren Oberbauch, die in den Rücken oder die Schulter ausstrahlen können. Erste Vorboten eines Gallensteinleidens können aber auch eher unbestimmte Beschwerden wie etwa ein Völlegefühl nach fettreichen Speisen sein.

Wie werden Gallensteine behandelt?

Prim. Kopf: Dies hängt in erster Linie davon ab, ob diese Beschwerden verursachen oder nicht. Gallensteine, die keinerlei Beschwerden verursachen, müssen in der Regel auch nicht behandelt werden. Bei Verdacht auf eine Gallenkolik sollte man unverzüglich einen Arzt aufsuchen. Krampflösende und schmerzstillende Medikamente helfen bei Gallenkoliken, heilen allerdings nicht das ursächliche Gallensteinleiden. Um Komplikationen zu verhindern wird eine operative Entfernung der Gallenblase empfohlen.

Zu welchen Komplikationen des Gallensteinleidens kann es kommen?

Prim. Kopf: Mögliche Folge eines Gallensteinleidens ist die Entzündung von Gallenblase (Cholecystitis) oder Gallengängen (Cholangitis). Eine akute Gallenblasenentzündung macht sich durch starke Oberbauchschmerzen, Fieber und Schüttelfrost bemerkbar.

Auch eine Entzündung der Bauchspeicheldrüse (Pankreatitis) kann Folge von Gallensteinen sein. Denn der Ausführungsgang der Drüse mündet gemeinsam mit dem Hauptgallengang in den Zwölffingerdarm. Verlegt nun ein Stein den Ausgang zum Darm, kann es zu einem Rückstau von Verdauungssäften in die Bauchspeicheldrüse kommen, was in weiterer Folge zu deren Entzündung führt. In diesem Fall wird dann mit einer speziellen Technik, der ERCP, der eingeklemmte Stein per Endoskop entfernt, um in weiterer Folge die Gallenblase ohne große Schnitte zu entfernen.

Wie wird die Gallenblase entfernt?

Prim. Kopf: Patienten/-innen, die an Gallensteinen leiden, wird angeraten, sich die Gallenblase entfernen zu lassen. Dies ist heutzutage eine Routineoperation und erfolgt fast immer laparoskopisch, also mit der sogenannten Schlüssellochtechnik. Drei bis vier millimeterkleine Schnitte reichen dafür aus. Das bedeutet für die Patienten und Patientinnen weniger Schmerzen nach der Operation, raschere Erholung und nur winzige Narben.

Was kann ich selbst tun?

Prim. Kopf: Wer ausgewogen isst und Übergewicht vermeidet, kann das Risiko für Gallensteine vermindern. Lebensmittel mit einem hohen Gehalt an Cholesterin und anderen tierischen Fetten sollten nur selten auf dem Speiseplan stehen. Auch ein Verzicht auf fetten Käse, Schlagobers und üppige Nachspeisen lohnt sich.