

Magengeschwür – eine arbeitsbedingte Erkrankung?

Redewendungen wie „Das ist mir auf den Magen geschlagen“ oder „Das finde ich zum K...“ machen deutlich, dass der Zusammenhang zwischen psychischen Erlebnissen und Magenbeschwerden als allgemein anerkannt gilt. Stress ist in den Augen vieler eine der Hauptursachen für die unterschiedlichsten Beschwerden im Bereich des Verdauungstraktes. Gilt dies auch für die Arbeitswelt? Kann Arbeit, können bestimmte Arbeitsbedingungen auch Magengeschwüre auslösen? Wie kann man sich davor schützen?

Diese Fragen werden in der betriebsärztlichen Sprechstunde häufig gestellt. Zu ihrer Beantwortung ist es erforderlich, auf einige Begriffe und Zusammenhänge einzugehen. Sie sind für die Diagnose und die anschließende Behandlung von Bedeutung.



Stress, besser Stressreaktion, ist die individuelle Antwort eines Menschen auf veränderte äußere Bedingungen. Stress ist dabei keinesfalls immer negativ zu bewerten. Im Gegenteil, über Jahrtausende hinweg war die optimierte Stressreaktion als Vorbereitung für Kampf oder Flucht überlebensnotwendig. Physiologisch passiert diese Anpassung an veränderte Anforderungen durch Ausschüttung der Hormone Adrenalin und Noradrenalin sowie der „Stresshormone“ Cortisol und Corticosteron. Diese Hormone haben vielerlei Wirkungen. Unter anderem steigern sie die Herzfrequenz, erhöhen den Blutzuckerwert, die Atmung und den Blutdruck. Außerdem ist ein Anstieg der Ma-

gensäurekonzentration zu beobachten. Gleichzeitig verlangsamt sich die Magentätigkeit. All das ist auf eine Verbesserung der Durchblutung der Muskulatur, des Herzens und des Gehirns ausgerichtet, während andere Körperfunktionen in den Hintergrund treten.

Ein **Geschwür (Ulkus)** im Verdauungssystem ist eine Erkrankung der Schleimhaut, die in die tieferen Wandschichten eindringt. Ist sie lediglich auf die Oberfläche der Schleimhaut begrenzt, nennt man sie Erosion. Erosionen erfolgen schubweise und heilen meistens nach nur wenigen Tagen wieder ab. Beschwerden verursachen sie meistens nicht. Die Magenschleimhaut produziert einerseits die „Magensäure“, zum anderen zugleich einen Schleim, der den Magen vor der Säure schützt. Unterschiedliche Faktoren können zu einem Magengeschwür führen. Allen gemeinsam ist eine Störung des Gleichgewichts zwischen aggressiven und defensiven Mechanismen der Magenschleimhaut durch körpereigene oder von außen kommende Einflüsse. Innere Ursachen für ein Magengeschwür sind sehr selten!

Auch eine übermäßige Säureproduktion führt alleine nicht zu einer Erkrankung, kann aber z. B. eine Infektion erleichtern und damit die Entstehung eines Geschwürs begünstigen. Das gleiche gilt für eine verringerte Magenbeweglichkeit (Motilität).

Körperfremde Ursachen sind in über 90 Prozent der Fälle für ein Magengeschwür verantwortlich.

Im Vordergrund stehen dabei **Infektionen mit Bakterien**, meist „*Helicobacter Pylori*“ (H.P.).

Auch von verdorbenen Lebensmitteln kann eine Infektion ausgelöst werden.

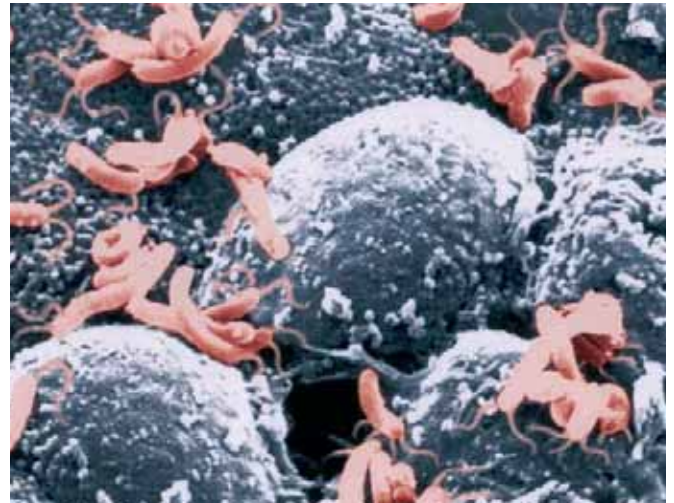
Medikamente, vor allem bestimmte Schmerzmittel wie ASS, Indometacin, Paracetamol u. a. können durch eine Schädigung der Magenschleimhaut und eine Veränderung des schützenden Magenschleims gefährlich werden.

Alkohol begünstigt die Entstehung von Schleimhautentzündungen und **Nikotin** fördert die nächtliche Säureproduktion. Beide erhöhen damit das Risiko für eine Erkrankung.

Auch **Stress** ist hier als mittelbarer Risiko-

faktor zu nennen. Die Stresshormone stören den Schutz der Magenschleimhaut. Stress wirkt sich über die **unzureichende Stressbewältigung** der Betroffenen aus (Kaffee, Zigaretten, Alkohol und mangelnde körperliche Bewegung).

Dabei ist zu bedenken, dass nicht nur Schichtarbeit, Arbeitsdruck und Zeitdruck als Stressoren eine Rolle spielen, sondern



auch Konflikte im privaten Bereich, finanzielle Sorgen und Zukunftsängste potente Stressoren darstellen.

Diagnose:

An erster Stelle steht bei länger andauernden Magenbeschwerden (Sodbrennen, Schmerzen, Aufstoßen, Blähungen, Erbrechen) die Magenspiegelung einschließlich des Nachweises einer H.P.-Infektion.

Behandlung bei H.P. Infektion:

- ▶ Anwendung einer Kombination verschiedener Antibiotika.
- ▶ Zusätzlich Vermeidung von Alkohol und Nikotin.
- ▶ Behandlung mit Schmerzmitteln nur nach ärztlicher Verordnung und gegebenenfalls in Kombination mit „Säureblockern“.
- ▶ Diät und Verteilung der Hauptmahlzeiten auf mehrere kleinere Mahlzeiten unterstützen den Heilungsprozess.

Zusammenfassung:

Magengeschwüre sind in ca. 60 bis 90 Prozent der Fälle auf eine Infektion, meist mit *Helicobacter Pylori*, zurückzuführen. Es handelt sich damit nicht um arbeitsbedingte Erkrankungen.

Die Theorie, dass Stress die Hauptursache für Magengeschwürerkrankungen darstellt, ist widerlegt.

Ungünstige Arbeitsbedingungen können die Entstehung von Magengeschwüren im Sinne von Cofaktoren begünstigen. Durch Gegenmaßnahmen, z. B. Verzicht auf Nikotin und Alkohol, leichte Kost bei der Nacharbeit und ausreichende körperliche Bewegung lassen sich diese Risiken weitgehend vermeiden.

Dr. Ell, Nürnberg