



**SPO Ratgeber
Information**

Akute Bauchschmerzen

**Richtig handeln und schwerwiegende
Komplikationen vermeiden**

Akute Bauchschmerzen, medizinisch «akutes Abdomen» genannt, kommen oft unerwartet: nachts, im Alltag oder scheinbar «aus dem Nichts». Was im ersten Moment unspezifisch wirkt, kann sich rasch zu einer ernsthaften Situation entwickeln.

Entscheidend ist deshalb nicht nur, **dass gehandelt wird**, sondern **wie schnell und konsequent**.

SPO Patientenorganisation

Nordstrasse 31 | 8006 Zürich

Tel. 044 252 54 22

info@spo.ch | spo.ch

spo PATIENTENORGANISATION
osp ORGANISATION SUISSE
DES PATIENTS
osp ORGANIZZAZIONE SVIZZERA
DEI PAZIENTI

Das «akute Abdomen»: Häufige Ursachen

Der medizinische Begriff «akutes Abdomen» bezeichnet Probleme im Bauch oder Unterleib und kann viele verschiedene Ursachen haben: Blinddarmentzündung, Darmverschluss, Perforation eines Organs, Entzündungen der Bauchspeicheldrüse (Pankreatitis), Probleme mit Leber, Milz, Galle oder Nieren, gynäkologische Erkrankungen oder auch andere, ernsthafte Erkrankungen wie Tumore, Blutungen, Vergiftungen, Stoffwechselerkrankungen, Wirbelfraktur oder sogar bei einem Herzinfarkt (medizinisch: Myokardinfarkt).

Die Anzahl an möglichen Ursachen erklärt weshalb die Beschwerden vielfältig sind und die Diagnose so schwierig zu stellen ist.

Symptome und Anzeichen

Typischerweise treten plötzlich akute, heftige Bauchschmerzen auf. Da Ihr Körper auf Abwehr setzt, ist die Bauchdecke bretthart (eine sogenannte Abwehrspannung). Manche empfinden Kreislaufstörungen. Weitere Anzeichen sind mannigfaltig und «diffus»: Fieber, Übelkeit, Erbrechen, Verstopfung oder Durchfall, etc. Das kann harmlos sein. Oder auch nicht.

Die Symptome sind oft nicht eindeutig. Gerade deshalb kann sich der Zustand schnell verschlechtern.

In manchen Fällen bleibt nur wenig Zeit, um Komplikationen zu verhindern.



Was Sie bei akuten Bauchschmerzen tun sollten

Schmerzen ernst nehmen

Starke, zunehmende oder ungewohnte Bauchschmerzen sind ein Warnsignal. Warten Sie nicht zu lange ab.

Direkt in den Notfall gehen

Wenn die Beschwerden stark sind oder sich rasch verschlechtern: direkt ins Spital. In solchen Situationen ist Zeit entscheidend. Der Umweg über die Hausarztpraxis kann Zeit kosten. Eine schnelle Abklärung im Notfall ist oft sinnvoller.

Treten akute Kreislaufprobleme auf, wählen Sie den Notruf: **144** (oder auch **112** – Wer die europäische Notrufnummer wählt, landet immer bei der nächsten Einsatzzentrale der Polizei).

Körperhaltung

Entlasten Sie Ihre Bauchdecke. In Rückenlage mit leicht erhöhtem Oberkörper oder indem Sie zum Beispiel Ihre Beine anwinkeln. Vermeiden Sie Wärme (z.B. durch Warmflaschen), da diese Entzündungen verschlimmern können.

Nüchtern bleiben

Bei starken Bauchbeschwerden möglichst nichts essen, trinken und keine Medikamente einnehmen. Das erleichtert Untersuchungen und beschleunigt eine mögliche Behandlung.

Auf Veränderungen achten

Werden die Schmerzen stärker, verändern sie sich oder kommen neue Symptome dazu: unbedingt mitteilen und nochmals abklären lassen.

Antworten sind wichtig

Die Abklärung und das Bestimmen der Ursache bei Bauchschmerzen ist oft anspruchsvoll. Umso wichtiger ist eine **umfassende Untersuchung**:

- körperliche Untersuchung
- Blutwerte
- Ultraschall
- bei Bedarf weitere Bildgebung (beispielsweise mittels Computertomographie (CT))

Bestehen Sie auf einer sorgfältigen Abklärung, besonders wenn es Ihnen schlecht geht oder sich Ihr Zustand verändert. Da sich hinter dem akuten Abdomen Erkrankungen verschiedenster Art verbergen können, muss unbedingt eine weitere Differenzierung erfolgen. Diese erfolgt über Typ, Dauer und Lokalisation des Schmerzes.

Fühlen Sie sich nicht ernst genommen oder «abgewimmelt», holen Sie eine zweite Einschätzung ein.

Wenn sich die Situation verschärft

Wird eine Entzündung nicht rechtzeitig erkannt, kann es zu schwerwiegenden Komplikationen kommen:

- Durchbruch eines Organs (beispielsweise Blinddarm)
- Bauchfellentzündung
- Blutvergiftung (Sepsis)
- längere Spitalaufenthalte
- in schweren Fällen auch ein künstlicher Darmausgang

Solche Verläufe sind selten, aber möglich. Gerade deshalb sind Antworten und eine frühzeitige Diagnosestellung wichtig.



Nach der Diagnose

Auch nach einer erfolgreichen Behandlung braucht der Körper Zeit um sich zu Erholen. Geben Sie sich diese Zeit.

Überfordern Sie sich nicht zu früh, insbesondere nach Operationen im Bauchraum.

Wenn Fragen offen bleiben

Nicht immer verläuft alles wie erwartet oder nach Plan. Wenn Sie unsicher sind, Zweifel haben oder das Gefühl, dass etwas nicht richtig gelaufen ist: Lassen Sie sich beraten.

Die SPO unterstützt Sie dabei, Ihre Situation einzuordnen und offene Fragen zu klären.

Zusammengefasst

Akute Bauchschmerzen sind oft schwer einzuordnen. Sie können harmlos sein – oder ein medizinischer Notfall.

Wer früh reagiert, aufmerksam bleibt und Veränderungen ernst nimmt, schafft die beste Grundlage, um Komplikationen zu vermeiden.

Vertrauen Sie Ihrer Wahrnehmung. Sie kennen Ihren Körper am besten.