



# Gallensteine – Wenn die Galle plötzlich aufmuckt

Dr. med. Volker Schmiedel, Kassel

**Gallensteine kommen in den westlichen Industriegesellschaften recht häufig vor. Dabei haben ältere Menschen, Frauen - besonders in der Schwangerschaft - und Übergewichtige ein deutlich erhöhtes Risiko. Viele Gallensteine bleiben „stumm“, das heißt, sie verursachen keinerlei Beschwerden und werden meist zufällig im Rahmen einer Ultraschalluntersuchung des Bauches entdeckt. Im Gegensatz zu früheren Empfehlungen lassen die Ärzte diese Steine in Ruhe und werden nur dann aktiv, wenn Komplikationen oder Beschwerden auftreten.**

Im folgenden wird berichtet, wann welche konventionelle Therapie angezeigt ist, was Sie vorbeugend tun können, damit keine Gallensteine entstehen oder (nach erfolgreicher Behandlung) eine erneute Bildung vermieden wird, und was Sie während einer akuten Kolik naturheilkundlich unterstützend tun können.

**Gallensteine** bestehen aus Cholesterin, Kalk oder Bilirubin, wobei Mischungen aus diesen drei Bestandteilen häufig sind (am häufigsten sind cholesterinhaltige Mischsteine).

Begünstigende Faktoren sind erbliche Veranlagung, Übergewicht, Schwangerschaft, Alterszucker, Entleerungsstörungen der Gallenwege, Blutarmut durch Auflösung des Blutes (hämolytische Anämie).

Bei einer **Gallenkolik** verschließt in der Regel ein Gallenstein den Gallengang ganz oder teilweise. Die Anstrengungen der Muskulatur des Gallenganges, das Hindernis weiter zu bewegen, führen zu krampfartigen Schmerzen im rechten Mittel- oder Oberbauch, die in den Rücken oder die rechte Schulter ausstrahlen können.

## **Woran kann man Gallensteine erkennen?**

Die meisten Gallensteine machen überhaupt keine Beschwerden und werden zufällig bei einer Ultraschalluntersuchung des Bauches entdeckt.

Ansonsten fallen sie meist durch eine Gallenkolik oder eine Gallenblasenentzündung auf. Hauptsymptom beider Erkrankungen sind starke Schmerzen im rechten Oberbauch. Das Charakteristische einer Kolik sind die wellenförmig an- und abschwellenden Schmerzen. Begleitend können Übelkeit, Erbrechen und eine leichte Temperaturerhöhung auftreten.

Wird der Gallengang ganz verschlossen, kommt es durch den Rückstau der Galle zu einer Gelbfärbung der Haut, die mitunter mit Juckreiz einhergeht. Bei älteren Menschen können die Symptome in sehr abgeschwächter Form auftreten. Manchmal ist dann die Gelbfärbung der Haut das einzige Symptom eines Gallengangverschlusses durch einen Stein. Der Stuhl ist bei einem Verschluss hell (fehlender Gallenfarbstoff im Darm), der Urin dunkel (Rückstau des Gallenfarbstoffes im Blut und Urin).

## **Was kann der Patient erwarten?**

Bei symptomlosen Gallensteinen sind bis auf gelegentliche Ultraschallkontrollen keine weiteren Maßnahmen erforderlich. Blut-, Urin- und Stuhluntersuchungen können einen Verschluss des Gallenganges nachweisen. Mit Ultraschalluntersuchung und/oder Röntgenuntersuchung mit Kontrastmittel (Cholangiographie) kann das Abflusshindernis lokalisiert werden. Symptomlose Gallensteine werden heute in der Regel nicht mehr entfernt.

Ist es aber bereits zu Koliken oder Entzündungen gekommen, sollten die Gallensteine beseitigt werden, wobei in seltenen, besonderen Fällen eine medikamentöse Steinauflösung oder eine Zertrümmerung mit Ultraschallwellen (Lithotripsie) in Frage kommen. In den (meisten) anderen Fällen muss operiert werden.

Eine Röntgenuntersuchung gibt Aufschluss darüber, ob der Stein oder die Steine schattengebend sind, das heißt Kalk enthalten. Ist das der Fall, so kommt nur die Operation in Frage, ebenso bei Entzündungen oder Verengungen des Ganges aus der Galle.

Sind nicht mehr als drei Steine vorhanden, die zwischen ein und drei Zentimeter im Durchmesser betragen, so kommt die ESWL in Frage (= extrakorporale Stoßwellenlithotripsie). Dabei werden die Steine mit besonders energiereichen Schallwellen zertrümmert. Bei Gerinnungsstörungen, Therapie mit Antikoagulantien (zum Beispiel Marcumar) oder in der Schwangerschaft darf dieses Verfahren nicht angewendet werden. Die Nebenwirkungen (zum Beispiel Gallen- oder Bauchspeicheldrüsenentzündungen) liegen im Prozentbereich. Die Erfolgsrate wird mit zirka 70 bis 80 Prozent angegeben. Die Rezidivrate liegt im Durchschnitt bei 20 Prozent in zwei Jahren.

Liegen mehr als drei Steine vor, die aber kleiner als einen halben bis maximal einen Zentimeter groß sind, so kann die orale Litholyse angewendet werden, das heißt die Steinauflösung mit Medikamenten, die geschluckt werden. Dabei werden Ursodeoxy und Chenodeoxy-cholsäure, zwei Gallensäuren, eingesetzt.

Bei Durchfällen, Leberzirrhose, Zustand nach operativer Entfernung von Dünndarmteilen oder in der Schwangerschaft darf die medikamentöse Steinauflösung nicht angewendet werden. Als Nebenwirkungen werden lediglich bei fünf Prozent der behandelten Patienten vorübergehende Durchfälle angegeben. Nachteilig ist die lange Therapiedauer, wobei nach ein bis zwei Jahren etwa 70 Prozent der Patienten steinfrei sind. Nach fünf Jahren hat allerdings jeder zweite der erfolgreich behandelten Patienten erneut Gallensteine, was den Wert vorbeugender zusätzlicher Maßnahmen, wie sie unten angegeben werden, unterstreicht.



## Gallensteine - Wenn die Galle plötzlich aufmuckt

Bei mehr als drei Steinen oder bei Steinen, die mehr als einen Zentimeter groß sind, ist die direkte Steinauflösung mittels Äther zu erwägen. Dabei wird entweder durch direkte Punktion der Gallenblase oder einen endoskopisch über Magen und Dünndarm in die Galle eingeführten Katheter das Lösungsmittel in die Gallenblase eingebracht. Mit dieser Methode können innerhalb von Stunden zirka 95 Prozent aller nicht kalkhaltigen Steine aufgelöst werden. Nebenwirkungen sind unter anderem Übelkeit, Erbrechen und Benommenheit durch den Äther, was aber nur von kurzer Dauer ist.

Durch die Punktion kann es in zirka drei Prozent der Fälle zu Blutergüssen in der Leber oder zu einer Leckbildung der Gallenblase kommen. Sowohl die Punktion als auch die endoskopische Katheterisierung sollte darin erfahrenen Therapeuten unter stationären Bedingungen vorbehalten bleiben.

Entscheidend ist bei allen Verfahren, bei denen die Gallenblase im Körper bleibt, dass anschließend die Faktoren, die zur Bildung der Steine geführt haben, erkannt und nach Möglichkeit beseitigt werden, um die ansonsten hohe Rezidivrate zu senken.

### Naturheilkundliche Therapie

Bei einer Gallenkolik können naturheilkundliche Mittel versucht werden (zum Beispiel Homöopathika), es sollte bei ausbleibendem Erfolg jedoch nicht zu lange gewartet werden, bis schulmedizinische Notfalltherapie in Anspruch genommen wird. Auch dann kann und sollten Naturheilverfahren aber zusätzlich zur Anwendung kommen (zum Beispiel heiße Auflagen durch den Laien oder die Krankenschwester, Neuraltherapie durch den darin erfahrenen Arzt). Bei Versagen der medikamentösen Therapie und weiter bestehenden Koliken muss eine Operation durchgeführt werden.

Die folgenden Naturheilverfahren dienen hauptsächlich der Vorbeugung der Gallensteinbildung – besonders bei Vorliegen von begünstigenden Faktoren (zum Beispiel viele Gallensteinranke in der Familie). Eine Auflösung großer Steine ist nicht zu erwarten.

### Was kann man selbst tun?

- Richtige Ernährung und Abbau eventuell bestehenden Übergewichtes vermag Steinen vorzubeugen.
- Pflanzliche Heilmittel, die den Gallenfluss anregen, wirken ebenfalls vorbeugend.
- Bei einer Kolik wirken lokale Wärmeanwendungen entkrampfend und schmerzlindernd.

### Ernährungstherapie

Die Ernährung ist auf eine Vollwerternährung umzustellen, die außerdem sehr fettarm sein sollte. Hier sollten besonders tierische Fette vermieden werden (fettreiche Ernährung und

Übergewicht begünstigen die Entstehung von Gallensteinen, fettreiche Mahlzeiten können bei bestehenden Steinen Koliken auslösen). Kaffee und Alkohol sollten - wenn überhaupt - nur sehr sparsam genossen werden.

### Pflanzenheilkunde

Zur Anregung des Gallenflusses und damit zur Vorbeugung:

- Schöllkraut als Tee oder Tinctura Chelidonii Rademacher (dreimal 20 Tropfen).
- Artischocke in: Cynarix® N Dragees, Carminagal® Dragees, Hepar SL forte®.
- Schafgarbe als Tee oder in Salus Schafgarbe®-Tropfen.
- Löwenzahn als Tee oder in Kneipp® Löwenzahn Pflanzensaft, Taraleon®-Tropfen.
- Kombinations-Präparate Aristochol® Konzentrat Granulat, Kapseln oder Tropfen, Cheliophyt® N-Tropfen, Hevert Gall®-Tropfen, Gallloselect® N-Tropfen.
- Fertig-Tees Salus®, Leber-Galle-Tee Nr. 18, Kneipp® Galle und Leber-Tee N.

Zur Vermeidung beziehungsweise Auflösung von (kleinen) Gallensteinen:

- Gallensteinkapseln Evers, Cholongal Saft/Dragees.

Bei Koliken (milde, entkrampfende Wirkung):

- Pfefferminze als Tee oder in Cholaktol® forte Dragees, Ci-taetol® Dragees
- Erdrauch in Oddibil® Dragees.

### Physikalische Therapie

#### • Hydrotherapie

Bei Koliken wirken Wärmeanwendungen entspannend und entkrampfend:

Ansteigendes Fuß- oder Sitzbad, heiße Rolle am rechten Oberbauch, heiße Packungen von zerquetschten Pellkartoffeln, Leinsamenbrei (Achtung: nicht bei Gallenblasenentzündungen!).

#### • Massage

Leberstrich (feste Massage am rechten Rippenbogen bis zur Wirbelsäule) kann eine Kolik mitunter beenden.

#### • Akupressur/-punktur

Sehr wirksame Punkte bei Koliken sind Le2, 3, G14, 37, KG12.

#### • Ausleitende Verfahren

Ist eine heiße Gallegelose tastbar (meist der Fall), so hilft unterstützend eine blutige Schröpfung.

### Homöopathie

#### • Belladonna D4, D6

krampfartiger, pulsierender Schmerz in der Lebergegend, Beschwerden kommen und gehen plötzlich, empfindlich gegen Berührung und Erschütterung, Rückwärtsbeugen bessert.



## Gallensteine - Wenn die Galle plötzlich aufmuckt

### • **Chelidonium D2, D3 oder D4**

Schmerz unterhalb des rechten Schulterblatts typisch, Krampfschmerz und Wundheitsgefühl der Leber, belegte Zunge, bitterer Geschmack, Verlangen nach Saurem.

### • **China D4 oder D6**

Völlegefühl nach dem Essen, Unverträglichkeit von Hülsenfrüchten, Kohl, Milch, Obst, extreme Berührungsempfindlichkeit, Wiederkehren der Beschwerden zur gleichen Stunde, nachts schlechter, Essen verschlechtert, Wärme bessert.

### • **Cholesterinum D6**

zur Verhinderung neuer Steinbildung empfohlen.

### • **Colocynthis D4 oder D6**

heftiger, schneidender Kolikschmerz, enge Kleidung unerträglich, aber kräftiger Druck und Zusammenkrümmen bessern(!); auch das Pressen der Fäuste gegen den Bauch.

### • **Hydrastis D1 oder D2**

wirkt entkrampfend.

### • **Nux vomica D4, D6 oder D12**

Völlegefühl, Drücken wie von einem Stein, Folge von Genussmitteln (Kaffee, Tabak, Alkohol) oder fetten Speisen, Übelkeit, bitteres Erbrechen, Aufstoßen, jähzornig, ängstlich, überempfindlich gegen äußere Eindrücke, auffallendes Wohlbefinden bis kurz vor Ausbruch der Kolik.

### • **Plumbum metallicum D6 oder D12**

Kolik im Mittelbauch, kahnförmige Einziehung des Leibes, berührungsempfindlich, aber fester Druck oder Liegen auf dem Bauch bessern, jede Bewegung verschlechtert, nachts schlechter.

### • **Podophyllum D3, D4 oder D6**

krampfartige Leibschmerzen, die zum Schreien nötigen, berührungsempfindliche Lebergegend, aber leichtes Reiben bessert, Wärme verschlechtert.

### • **Taraxacum D1, D2 oder D3**

Speichelfluss, bitterer Geschmack, Völlegefühl, Blähungen, Übelkeit wie nach zu reichlichem Genuss fetter Speisen, scharfe Stiche im Bauch, Leberschmerz.

### **Anthroposophische Medizin**

Als unterstützende Maßnahme bei Gallensteinen: Carduus marianus/Oxalis (Wala).

Als unterstützende Maßnahme bei Gallenkolik: Chelidonium/Berberis compositum Kapseln, Chelidonium/Colocynthis (Wala), Oxalis compositum (Weleda).

### **Neuraltherapie**

Neuraltherapie kann während einer Kolik eine deutliche Linderung der Beschwerden, oder sogar ein Ende der Kolik bewirken (Therapeut erforderlich).

### **Weiterführende Literatur:**

- Schmiedel, V; Augustin, M.: Handbuch Naturheilkunde
- Kienholz, E.: Leber-, Galle- und Bauchspeicheldrüsenerkrankungen naturgemäß behandeln
- Liehr, H.: Leber-Galle-Bauchspeicheldrüse
- Bircher-Benner-Ratgeber 1 Leber und Galle

### **Verfasser:**

Dr. med. Volker Schmiedel, Habichtswald-Klinik, Kassel

### **Quelle:**

Naturarzt 1/1999

*Wir wünschen Ihnen ein aktives Leben in Gesundheit! Werden Sie Mitglied im Deutschen Naturheilbund eV oder in einem seiner angeschlossenen Vereine. Bei uns lernen Sie wirksame Therapien, erfahrene Therapeuten und geeignete Naturheilmittel kennen.*

*Weitere Informationen erhalten Sie unter:*

### **Deutscher Naturheilbund eV**

Bundesgeschäftsstelle  
Christophallee 21  
75177 Pforzheim  
Telefon 07231 / 4629 282  
Telefax 07231 / 4629 284  
E-Mail: [info@naturheilbund.de](mailto:info@naturheilbund.de)  
[www.naturheilbund.de](http://www.naturheilbund.de)

*Der Natur  
und dem Leben vertrauen!*