



Dr. med. Erhard Stähler, Dr. med. Frank Stenschke, Dr. med. Dominik Stähler,  
Dr. med. Michael Bewermeyer, Dr. med. Sven Bender (v.l.n.r.)



# KLEINER TEST – GROSSE HILFE

Eine Grießsuppe, eine Schlafstelle und keine körperlichen Schmerzen – das ist schon viel, sinnierte Theodor Fontane einmal über das Glück. Doch was der Schriftsteller im 19. Jahrhundert noch nicht ahnte: Gerade die gesunden und alltäglichen Speisen machen uns heute oft Probleme – die Zahl der Nahrungsmittelunverträglichkeiten hat ein nie dagewesenes Ausmaß erreicht. Die Beschwerden, die sie auslösen, reichen von Blähungen, Durchfall und Verstopfung über Hautausschläge und Konzentrationsschwierigkeiten bis zu Atemproblemen, Herz-Kreislauferkrankungen und Übergewicht. Dabei nerven die Symptome nicht nur – sie entfachen bei den Leidtragenden auch eine diffuse Angst vor schweren Erkrankungen.

»Jeder vierte oder fünfte Patient einer gastroenterologischen Praxis ist von einer Nahrungsmittelintoleranz betroffen«, sagt Dr. Dominik Stähler von der Schwerpunktpraxis Gastroenterologie – Innere Medizin. Besser, man weiß, ob man dazugehört. Denn dann lassen sich die betreffenden Lebensmittel meiden und so die Beschwerden einfach eliminieren. Außerdem müssen Patienten sich nicht mehr mit Ängsten plagen, die in aller Regel unbegründet sind. »Denn eine Unverträglichkeit ist zwar lästig, aber keine Krankheit«, so Stähler. Die Spezialisten der Köln-Weidenauer Praxis schaffen Klarheit mit einem Test: Ein Gerät analysiert den Wasserstoffgehalt der Ausatemluft und ermittelt über die

Darstellung verschiedener Enzymaktivitäten zum Beispiel, ob eine Laktose- oder Fruktose-Intoleranz vorliegt. Der Aufwand des Tests ist gering. Sein Einfluss auf ein beschwerdefreies Leben dagegen kaum hoch genug einzuschätzen.

## Ärzteam:

Dr. med. Dominik Stähler, Dr. med. Sven Bender,  
Dr. med. Frank Stenschke, Dr. med. Michael Bewermeyer,  
Dr. med. Erhard Stähler

## Schwerpunktpraxis Gastroenterologie – Innere Medizin

Bunzlauer Straße 2, 50858 Köln

Tel. 02234-949030

[www.gastroenterologie-koeln-west.de](http://www.gastroenterologie-koeln-west.de)

