
Subject: Roemheld Syndrom

Posted by [Teardrops](#) on Sun, 04 Jun 2023 18:51:02 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, gibt es im Forum User die unter dem Roemheld Syndrom leiden ?

Ich habe das eindeutig. Immer Luft im Bauch und zwar so doll, das ich unter Herzstolpern leide. Das hat meine Lebensqualität stark eingeschränkt. Wäre für jeden Tipp dankbar.

Subject: Aw: Roemheld Syndrom

Posted by [hypothalamus](#) on Mon, 05 Jun 2023 13:06:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

ich hab Roemheld-Syndrom. Wurde bei dir mal untersucht, ob du eine Hiatus Hernie hast? Hast du Nahrungsmittelunverträglichkeiten?

Bei mir ist es deutlich besser, seitdem ich weiß, dass ich Laktose-intolerant bin und daher durch das Weglassen/Vermeiden/Laktase-Einnahme starke Blähungen vermeiden kann. Ausserdem esse ich nicht mehr so große Portionen, versuche wenig Flüssigkeit mit Kohlensäure zu trinken und esse nach 18 Uhr keine großen Mahlzeiten mehr. Wichtig ist, dass du die Gasbildung unter Kontrolle bringst, weshalb es sinnvoll wäre, dass du dich auf Unverträglichkeiten testen lässt (Laktose, Fruktose etc.). Wenn du auch eine Hiatus Hernie hast, dann wären grundsätzlich auch jegliche sportliche Aktivität, die eine starke Bauchpresse verlangt, also insbesondere Bauchmuskelübungen und Beinpresse o.ä. eher nicht so vorteilhaft.

Wenn du starke Blähungen hast, solltest du mal überlegen, ob du nicht Lefax/Sab Simplex ausprobierst, das sind Entschäumer, die die Gasbläschen im Darm auflösen. In ihrer Reinform sind es normalerweise keine Arzneimittel, sondern Medizinprodukte, d.h. sie werden nicht in den Blutkreislauf absorbiert, sondern haben eine rein physikalische Wirkung im Darm.

LG

Subject: Aw: Roemheld Syndrom

Posted by [Teardrops](#) on Mon, 05 Jun 2023 21:39:07 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, vielen Dank für deine Antwort.

Lactose und Fructose wurde nicht getestet.

Hab einen Lebensmittel Test online bei cerascreen gemacht.

Reagiert hab ich auf Banane, Kiwi, und Eiern....

Bananen und Kiwi esse ich mittlerweile nicht mehr. Aber Eier das bekomme ich nicht hin. Ist überall drin....

Hiatus Hernie das weiß ich nicht, hab ich auch noch nie gehört.
Sab Simplex un demetecon nehme ich bereits.
Bringt aber trotzdem nicht viel.

Subject: Aw: Roemheld Syndrom
Posted by [hypothalamus](#) on Mon, 05 Jun 2023 21:54:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Eine Hiatus Hernie ist ein Zwerchfelldurchbruch, dabei drückt sich ein Stück vom Magen durch das Zwerchfell in den Thorax. Dadurch wird das Magenvolumen kleiner und man fühlt sich nach dem Essen schneller aufgebläht. Ich würde Laktose und Fruktose auch nochmal testen lassen, das können wirklich große Quellen für Gasbildung sein.

Subject: Aw: Roemheld Syndrom
Posted by [Teardrops](#) on Tue, 06 Jun 2023 08:35:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, ja das werde ich auch noch testen lassen. Hast du durch das RS auch Herzprobleme?

Subject: Aw: Roemheld Syndrom
Posted by [positron](#) on Wed, 07 Jun 2023 12:01:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zum Thema Roemheld ... in meinen Zwanzigern wurde bei mir Roemheld diagnostiziert, weil ich auch Herzstolpern hatte .. sehr unangenehmes Gefühl ... dabei war es aber eigentlich so, als wenn sich zeitweise ganz langsam eine Billiardkugel vom Magen durch die Speiseröhre Richtung Rachen geschoben hätte. Ich hatte/habe keine Unverträglichkeiten und konnte bis zu meinen Zwanzigern eigentlich essen wie ein Stier.

Letzlich war das ganze aber eine chronische Gastritis und eine damit einhergehende Refluxösophagitis, sprich die Magensäure hat permanent die Speiseröhre gereizt und die aufsteigenden Luft hat eben das Herstolpern + teilweise heftige Rückenschmerzen ausgelöst ... manchmal hab ich sogar gedacht es sei was mit meiner Lunge. Appetitlosigkeit, Gewichtsverlust bis zu 10kg und mehr etc.

Ich war bei 5 Magenspiegelungen ... allen waren in Ordnung ... leichte rötung der Speiseröhre bla bla ... Protonenpumpenhemmer bekommen, aber sobald man die abgesetzt hatte ging es von vorn los ...

Die 6. Spiegelung brachte aber zu Tage, dass im hintersten Eck des Magens im Übergang zum 12 Finger Darm Helicobacter festgestellt wurde. Ich habe darauf hin eine Antibiotika Kur bekommen und hatte NIE NIE NIE wieder Probleme. Das war wie wenn man einen Schalter

umlegt ... seit dem war Ruhe mit dem Thema. Kein "Roemheld", kein Her Stolpern, keine Gastritis mehr ...

Manchmal lohnt es sich dran zu bleiben und die definitive Ursache zu finden^
