

Wahre Stärke kommt von innen!

Was eine Avocado
mit deinem Darm
zu tun hat.



Das Ziel: Mukosaheilung

Symptomfrei ≠ entzündungsfrei

Mukosaheilung bedeutet, dass **in der Darmschleimhaut keine Entzündungen** mehr vorhanden sind und sie frei von Geschwüren ist. Das lässt sich durch Untersuchungen feststellen, z. B. durch **Ultraschall** oder eine **Darmspiegelung**. Keine Beschwerden bei einer CED zu haben ist wichtig, muss aber nicht bedeuten, dass eine Mukosaheilung erreicht ist.



Das Avocado-Phänomen

Das kennst du bestimmt! Du kaufst im Supermarkt eine Avocado, die von außen perfekt gereift aussieht. Zu Hause stellst du dann mit Schrecken fest, dass das Innere der Avocado bereits unschöne Verfärbungen aufweist.



Mukosaheilung:
Auch beim Darm auf die inneren Werte setzen

Ganz ähnlich kann es auch bei deiner CED sein. Der Schub ist vorbei, du fühlst dich gut und trotzdem können in der Darmschleimhaut (Mukosa) noch Reste der Entzündung schlummern. Durch die unbemerkte Entzündung kann der Darm mit der Zeit Schaden nehmen.

Daher ist es wichtig, eine vollständige Abheilung der Entzündung anzustreben und somit auf Mukosaheilung als Therapieziel zu setzen.



Symptome verstehen und Darmfunktionen wiederherstellen

Entzündung im Darm

Eine Entzündung im Darm
kann spürbare Folgen haben:

- Durchfall
- Schmerzen
- Nährstoffmangel
- Gewichtsabnahme
- Fatigue (Erschöpfung)

Gesunder Darm

Ein gesunder Darm
führt seine Funktionen
normal aus:

- Verdauung
- Aufnahme von Nährstoffen
- Flüssigkeitsregulation
- Hormonproduktion
- Schutzschild gegen
Krankheitserreger



Von außen nicht zu sehen

Wahre Stärke kommt von innen!

Mukosaheilung

Mehr Lebensqualität erreichen

Es lohnt sich – wie bei einer Avocado –, die inneren Werte ins Visier zu nehmen und auf **Mukosaheilung als Therapieziel** zu setzen!

Auch wenn Mukosaheilung nicht von außen sichtbar ist, hat sie klare Vorteile:

- Meist kommt es zu weniger Schüben und Komplikationen.
- Die Wahrscheinlichkeit, dass du ins Krankenhaus oder operiert werden musst, ist geringer.
- Es kann weniger Kortison notwendig sein.

Für deinen Alltag bedeutet das **mehr Lebensqualität!**

Dranbleiben und dein Therapieziel erreichen!

Sprich mit deiner Ärztin bzw. deinem Arzt über **deine individuellen Therapieziele** und die Möglichkeiten, eine Mukosaheilung zu erreichen. Die regelmäßigen Kontrolluntersuchungen zeigen dir den Behandlungserfolg.

Quellen:

Yzet C, Diouf M, Le Mouel JP et al. Clin Gastroenterol Hepatol 2020; 18: 2256–2261.
Frøslie KF, Jahnsen J, Moum BA et al. Gastroenterology 2007; 133: 412–422.



Mehr zu CED und Mukosaheilung erfährst du auf:



www.leben-mit-ced.de

abbvie

AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG

Mainzer Straße 81
65189 Wiesbaden