

Pressemitteilung

Durchbrüche durch die Bauchwand (Hernien) vermeiden und optimal behandeln

Aktion zu verschiedenen Aspekten der Hernien am 3. November 2026 / bundesweiter Aktionstag der Hernien-Selbsthilfe Deutschland e.V.

Oftmals zeigt sich zunächst nur eine deutliche Beule auf dem Bauch oder in der Leistenregion – bei sogenannten Hernien besteht eine Lücke im Bauchfell oder der Bauchwand, durch die sich Teile von Organen schieben können. Unbeachtet können sie sich vergrößern und die betroffenen Organe massiv beeinträchtigen. Rauchen, Diabetes, starkes Übergewicht, aber auch Schwangerschaft, genetische Veranlagung und andere Erkrankungen begünstigen das Auftreten einer Hernie. Doch welche Möglichkeiten haben Betroffene, um das Auftreten einer Hernie zu vermeiden? Wann ist eine operative Behandlung der Hernie empfehlenswert und wie gelingt eine möglichst schnelle Genesung nach einer Operation?

Antworten auf diese Fragen geben Betroffene und Ärztinnen und Ärzte anlässlich des bundesweiten „Tag der Hernie“ am 3. November 2026 von 15.00 Uhr bis 19.00 Uhr.

Sie stehen zu dieser Zeit für Betroffene in dem Saal 7 des CINEPLEX Neustadt/Weinstraße zur Verfügung.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Beim Betreten des Kinos kann man am Ticket-Office ein Frei-Ticket für den Zutritt zu Saal 7 abholen und die Eingangskontrolle damit kostenfrei passieren.

Einlass 15.00 Uhr und 17.00 Uhr.

Themen und Ansprechpartner

- Wie vermeide ich die Entstehung einer Hernie?
- Diagnose Hernie – was nun?
- Brüche operieren oder doch lieber konservativ: schnell wieder fit?
- Narbenbrüche sicher wiederherstellen: wie?
- Hernien – immer mit Netz?

Marion Gütermann, Nathalie Niewöhner und Josh Pendl, Hernien-Selbsthilfe Deutschland e.V., Gruppe Südpfalz/Nordbaden

Dr. Regine Nessel, Krankenhaus Pirmasens und Prof. Dr. Friedrich Kallinowski, Uniklinik HD

Hernien – im Ernstfall gut behandelbar

Manchmal bildet sich eine Beule an einer unerwarteten Stelle im Laufe des Lebens, z. B. nach einer hohen Belastung wie Pflastern des Hofes, einem Umzug oder nach Beginn eines Trainings, mit dem Menschen ihre Fitness verbessern wollen. Manchmal ist eine solche Beule aber auch nach einem Eingriff zu fühlen.

Nach einer großen Operation ist oft die Freude groß, dass alles gut verlaufen ist. Um so schlimmer ist die Erkenntnis, dass in der Bauchwand eine Schwachstelle auftritt. „Meist ist es zuerst nur eine harmlose Beule oder umschriebene Schmerzen“, sagt Gütermann. „Mit der Zeit und bei fortwährender Belastung können die Schmerzen dann schlimmer und die Beule größer werden. Das sollten Betroffene nicht auf die leichte Schulter nehmen“, ergänzt Pendl.

Brüche, wie Hernien auch bezeichnet werden, sind häufig. Allein von einem Leistenbruch – die häufigste Form der Hernie – sind ein Viertel der Männer und etwa 2 Prozent der Frauen im Laufe ihres Lebens betroffen. Die Behandlung erfolgt operativ: „Die Lücke in der Bauchwand wird mit einer Naht verschlossen und zusätzlich in der Regel mit einem feinen Kunststoffnetz verstärkt“, erklärt Prof. Dr. Friedrich Kallinowski, Oberarzt an der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie am UKHD. „Dafür stehen verschiedene Verfahren zur Verfügung, mit denen sich der Bruch gut behandeln lässt und einem Rückfall zuverlässig vorgebeugt werden kann“, so Kallinowski.

Was bedeutet das für den Betroffenen? Wird ein Bruch nicht behandelt, kann er im Laufe der Zeit größer werden und deutlicher hervortreten. In Einzelfällen können sich auch schwerwiegende Komplikationen entwickeln. Dazu gehören beispielsweise ein Darmverschluss, der mit heftigen Schmerzen, Übelkeit und Erbrechen einhergeht oder auch eine Bauchfellentzündung. Nicht jeder Bruch muss aber sofort operiert werden. Sinnvoll ist zunächst die Stärkung des körpereigenen Kollagens, z. B. durch Aquajogging. Auch kann die Optimierung von Risikofaktoren die Chancen auf dauerhafte Heilung wesentlich verbessern. Treten keine Beschwerden auf und ist das Risiko für Komplikationen gering, kann auf eine Operation, in Absprache mit dem Arzt, verzichtet werden. Neu ist seit 2023 die Vorgabe des Bundesgesundheitsministeriums, Leisten- und Nabelbrüche vornehmlich ambulant zu behandeln. „Das geeignete Vorgehen muss mit jeder Patientin und jedem Patienten im Einzelfall abgestimmt werden. Deswegen sollte eine Hernie immer von einem erfahrenen Facharzt begutachtet werden. Falls ein Eingriff notwendig ist, lassen sich Hernien zuverlässig und gut verträglich behandeln“, so Nessel.

Weitere Informationen im Internet

Aktionstag „Tag der Hernie“

<https://www.hernien-selbsthilfe.de/allgemein/tag-der-hernie/>

Klinik für Allgemein-, Viszeral und Transplantationschirurgie am UKHD

<https://www.klinikum.uni-heidelberg.de/chirurgische-klinik-zentrum/allgemein-viszeral-und-transplantationschirurgie>

Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Städtischen Klinikum Pirmasens

<https://www.kh-pirmasens.de/leistungen/kliniken-pirmasens/allgemein-und-viszeralchirurgie/>

Hernien auf der Informationsplattform des Bundesgesundheitsministeriums gesund.bund.de

<https://gesund.bund.de/hernien>

Hilfe und Information für betroffene Erwachsene mit einem Leisten-, Nabel- oder Narbenbruch oder einer anderen seltenen inneren oder äußeren Hernie

[Hernien-Selbsthilfe Deutschland e. V. - Hernien-Selbsthilfe Deutschland e. V.](#)

Kontakt

Marion Gütermann und Josh Pendl

E-Mail: suedpfalz@hernien-selbsthilfe.de; Tel. 0157-55790215

Dr. med. Regine Nessel

Oberärztin Allgemein- und Viszeralchirurgie, Städtisches Krankenhaus Pirmasens

E-Mail: dr.regine.nessel@kh-pirmasens.de

Prof. Dr. Friedrich Kallinowski

Oberarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie am UKHD

E-Mail: friedrich.kallinowski@med.uni-heidelberg.de