

# medizin aktuell

Die regionale Gesundheitsinformation

Oktober 2016

## Hämorrhoiden

Hilfe holen und nicht  
still leiden

## Depression

Psyche im  
Ungleichgewicht

## Schulterprobleme

Frühzeitig abklären  
und rasch behandeln

## Venenschwäche

# Der Krampf mit den Adern



Entstanden in Zusammenarbeit mit der Insel Gruppe sowie weiteren Gesundheitsinstitutionen  
der Stadt und Region Bern

 **SPITALAARBERG**  
INSELGRUPPE

 **SPITALMÜNSINGEN**  
INSELGRUPPE

 **SPITALRIGGISBERG**  
INSELGRUPPE

 **SPITALTIEFENAU**  
INSELGRUPPE



## Hämorrhoiden

# Muss kein Tabuthema sein

Über kaum eine andere Krankheit wird so ungern gesprochen wie über Hämorrhoiden. Dabei kann eine individuell angepasste Therapie dem stillen Leiden meist ein rasches Ende setzen.

Blutungen beim Stuhlgang, Brennen, Nässen und Juckreiz am empfindlichen Gewebe um den After herum – das sind die typischen Symptome, die krankhaft veränderte Hämorrhoiden verursachen. Da die Beschwerden gesellschaftlich häufig tabuisiert werden, existiert vermutlich eine relativ hohe Dunkelziffer an Betroffenen, die den Weg zum Arzt aus falsch verstandener Scham meiden. Es wird angenommen, dass jeder dritte Mensch in der Schweiz unter Hämorrhoiden leidet. Wichtig: Je früher man zum Proktologen\* (Spezialarzt) geht, desto besser sind die Prognosen. Denn die meisten Probleme können nach einem Besuch beim Proktologen bereits im Anfangsstadium gelöst werden.

Wenn man länger wartet, ist eine Operation unumgänglich.

### Krankhaft veränderte Blutgefässe

Der Begriff Hämorrhoiden (leitet sich von den altgriechischen Wörtern für «Blut» und «fliessen» ab) wird im Sprachgebrauch meist mit dem des Hämorrhoidalleidens gleichgesetzt. Nach wissenschaftlicher Definition handelt es sich bei Hämorrhoiden aber grundsätzlich um ein Gefässpolster, das aus einem Geflecht von Arterien und Venen gebildet wird und bei jedem gesunden Menschen vorzufinden ist. Der mit Blut versorgte Schwellkörper sorgt mit dem Schliessmuskel und weiteren muskulären Strukturen für den Verschluss des Analkanals.

### Unterschiedliche Schweregrade

Beschwerden gehen von Hämorrhoiden in der Regel erst dann aus, wenn sich diese aufgrund einer auftretenden Blutstauung vergrössern oder in ihrer Lage abwärtssinken. Eine krankhafte Veränderung der Hämorrhoiden kann verschiedene Schweregrade aufweisen. **Grad I:** Die Hämorrhoiden befinden sich am oberen Ende des Analkanals und treten auch unter Pressen nicht nach aussen. Sie können nur bei der

proktologischen Untersuchung gesehen werden. Die Betroffenen leiden meist nicht unter spürbaren Symptomen, da die innere Afterschleimhaut beim I. Grad schmerzunempfindlich ist. Treten Beschwerden auf, so sind dies lokaler Juckreiz und gelegentliche Blutauflagerungen auf dem Toilettenpapier oder dem Stuhl.

**Faktoren wie häufiges Sitzen, Übergewicht oder anlagebedingte Anfälligkeit wirken sich oft begünstigend auf die Entstehung von Hämorrhoiden aus.**

**Grad II:** Die Hämorrhoiden treten beim Pressen nach aussen, ziehen sich aber spontan wieder in den Analkanal zurück. Aufgrund der hohen Schmerzempfindlichkeit der Afterhaut kann der Veränderungsgrad nun schmerzhaft sein. Dazu können Symptome wie ein Fremdkörpergefühl, Nässen im Afterbereich und schmerzfreie Blutun-

## Ballaststoffreiche Ernährung

*Eine ballaststoffreiche Ernährung ist die wichtigste Grundlage zur Vermeidung von Hämorrhoiden, da man auf diese Weise ständiger Verstopfung entgegenwirken kann. Besonders viele Ballaststoffe enthalten beispielsweise Vollkornbrot, Weizenkleie, Sesam, Obst, Gemüse und Haferflocken. Ebenso wichtig wie eine gesunde Ernährung ist jedoch regelmässige körperliche Bewegung. Sportarten wie Wandern, Schwimmen, Radfahren und Gymnastik belasten den Beckenboden nicht wesentlich. Zudem sollte Übergewicht abgebaut werden.*

gen während der Stuhlausscheidung auftreten.

**Grad III:** Die Hämorrhoiden treten beim Pressen nach aussen, verschwinden jedoch nicht mehr spontan, sondern müssen mit dem Finger zurückgedrängt werden. Es kann zu Blutungen während des Toilettengangs sowie Schmerzen, Brennen und Juckreiz kommen. Auch treten etwa ein Stuhlschmier (ein unkontrollierter Stuhlabgang) oder auch lokale Schleimabsonderungen auf.

**Grad IV:** Die Hämorrhoiden treten nach aussen und können nicht mehr zurückgedrängt werden. Die Symptome sind wie beim III. Grad, eventuell etwas stärker ausgeprägt.

### Quälendes Afterjucken

Die Ursachen für ein Hämorrhoidal-leiden sind vielfältig. Als Hauptgrund gilt jedoch ein langfristig vorliegender Druck auf den Analbereich, welcher beispielsweise die Folge einer anhaltenden Verstopfung und/oder eines sehr starken gewohnheitsmässigen Pressens während des Stuhlgangs sein kann. Auch eine Schwangerschaft kann das Leiden hervorrufen. Darüber hinaus können sich Faktoren wie häufiges Sitzen, Übergewicht oder anlagebedingte Anfälligkeit begünstigend auf die Entstehung von Hämorrhoiden auswirken.

### Diagnosestellung und Abklärung

Für die Diagnosestellung wird der Darmausgang von aussen genau angesehen. Dazu werden die Gesässhälften leicht auseinandergespreizt. Entzündungen, Reizungen, Einrisse und äus-

sere Hämorrhoiden können auf diese Weise bereits entdeckt werden. Danach folgt die Fingeruntersuchung, bei der der Darmausgang mit kreisförmigen Bewegungen abgetastet wird. Liegen Hämorrhoiden IV. Grades vor, so kann die Verdachtsdiagnose bereits bestätigt werden. Reichen diese Massnahmen zur Diagnosesicherung nicht aus, so stehen verschiedene Spezialuntersuchungen (Proktoskopie, Rektoskopie, Sigmoidoskopie usw.) zur Verfügung.

### Frühzeitig zum Arzt gehen

Der Verlauf sowie die Dauer der Therapie krankhaft vergrösserter Hämorrhoiden hängt vom Grad des Leidens sowie vom Zeitpunkt des Therapiebeginns ab. Ein frühzeitiger Arztbesuch trägt zu einem positiven Verlauf bei. Gestaltet sich eine krankhafte Vergrösserung der Hämorrhoiden bei einem Patienten symptomfrei, so ist eine medizinische Behandlung nicht in jedem Fall erforderlich. In der Regel gilt: Hämorrhoiden I. und II. Grades werden meist konservativ behandelt, während Hämorrhoiden der Grade III und IV operiert werden. Parallel zur Behandlung sollten die Betroffenen jedoch dauerhaft ihre Lebensgewohnheiten umstellen (siehe Infobox). Damit werden die Erfolgsaussichten der Therapie verbessert und die Gefahr eines Wiederauftretens der Hämorrhoiden verringert.

### Therapie des Leidens

Leichte bis mittlere Beschwerden werden meist konservativ mit entsprechenden Salben oder Zäpfchen gelindert. Diese Präparate enthalten einzeln oder in Kombination Wirkstoffe gegen Entzündungen und verbessern die Durchblutung.

Wenn das Hämorrhoidalleiden mittels konservativer Therapie nicht erfolgreich behandelt werden kann oder in

seinem Schweregrad zunimmt, sind chirurgische Massnahmen nötig. Dabei hat sich die Anzahl der Verfahren in den letzten Jahren erheblich erweitert. Beim Verfahren nach Ferguson werden die Hämorrhoiden zusammen mit der Analhaut lappenförmig mit dem Skalpell entfernt. Die Wunde wird anschliessend mit einem selbstauflösenden Faden vollständig verschlossen. Nach der Operation muss die Analregion mehrmals täglich und nach jedem Stuhlgang sauber ausgeduscht werden. Die Wunde verheilt in der Regel nach drei bis vier Wochen.

Bei der offenen Hämorrhoidektomie nach Milligran-Morgan wird das Hämorrhoidalpolster ähnlich wie bei der Ferguson-Technik herausgeschnitten, an der Basis umstochen und die Wunde primär offen gelassen. Auch hier ist das regelmässige Ausduschen der Wunde sehr wichtig, wobei die Wundheilung zwischen sechs und acht Wochen dauert. Ebenfalls ein relativ neues Verfahren stellt die Stapler-Methode dar. Mithilfe eines Klammernahtgeräts – Staplers – können die Hämorrhoiden entfernt werden.

\* Die Proktologie umfasst die Lehre von Erkrankungen des End- beziehungsweise Mastdarms (Rektum), des Beckenbodens sowie des Afters (Anus).

## Proktologie-Sprechstunde

Im Spital Aarberg findet jeweils am Mittwoch von 8.30 bis 11.30 Uhr eine proktologische Sprechstunde bei Dr. Thomas Kapp statt. Abgeklärt werden unter anderem Patientinnen und Patienten mit Hämorrhoiden, Abszessen und Fisteln, Analfissuren, Stuhlinkontinenz oder Tumoren des Afters oder Enddarms. Anmeldungen bei: Frau Marianne Roth, Sekretariat Chirurgie, Tel. 032 391 82 42.



### Der Autor

Thomas Kapp, Dr. med.  
Facharzt FMH für Chirurgie  
Leitender Arzt

### Kontakt:

Spital Aarberg  
Chirurgie  
Lysstrasse 31, 3270 Aarberg  
Tel. 032 391 82 25  
thomas.kapp@spitalaarberg.ch