

Das große Tabuthema: Leiden an Hämorrhoiden

Es ist leider immer noch ein Tabuthema und sehr stark mit Angst besetzt“, sagt Dr. Dorothea Geile. Die Chirurgin mit Zusatzbezeichnung Proktologie hält das für „völlig unnötig“. Denn längst gibt es moderne Therapieverfahren, die das Hämorrhoidal-Leiden, wie es die Fachleute nennen, wirksam bekämpfen.

Doch zunächst räumt Dr. Geile mit einem großen Irrtum auf: Hämorrhoiden sind keine Krankheit, sondern eine wichtige Struktur des Analkanal. „Jeder Mensch außer Kindern hat spätestens nach der Pubertät diese ringförmig angeordneten und blutgefüllten hydraulischen Gewebepolster („Knoten“), die für die Feinabdichtung des Afters verantwortlich sind“, erklärt Dr. Dorothea Geile. Das Leiden beginnt in drei Stadien: Durch eine Entzündung der Hämor-

Die Ursachen sind meist falsche Pflege und Ernährung

rhoiden wird zunächst die Oberfläche der Polster verletzt, es kommt zu Blutungen. Im zweiten Stadium vergrößern sich die Knoten – Nässen, Jucken und Brennen sind die unangenehmen Folgen. Im dritten Stadium kommt es zu einem „Fremdkörpergefühl“ und Inkontinenz, da die Knoten außen erscheinen und bleiben.

Für jedes Stadium gibt es heute jedoch eine effektive Therapie: Im ersten hilft eine Sklerosierung (Verödung) der entzündeten Hämorrhoiden. Im zweiten Stadium ist besonders die „Gummibandligatur“ sehr erfolgreich und im dritten Stadium sorgt eine neue Operationsmethode für eine effektive



„Lauwarmes Wasser statt Seife oder Duschgel“, empfiehlt Dr. Dorothea Geile für die After-Pflege.

Entfernung störender Knoten.

Deshalb lautet die wichtigste Botschaft der Spezialistin: „Bitte keine Eigendiagnose und -therapie“ Denn jede Blutung gehört zunächst vom Arzt exakt abgeklärt, ob die Beschwerden nicht andere Ursa-

chen haben, etwa gut- oder bösartige Neubildungen des Gewebes“, sagt Dr. Geile. Nach einem Gespräch sowie einem Tast- und Sichtbefund durch ein Endoskop entscheidet der Spezialist dann, ob zusätzlich eine Darmspiegelung nötig ist.

In einem akuten entzündeten Stadium ist für eine effektive Therapie eine cortisonfreie spezielle Salbe oder Zäpfchen sinnvoll.

Nach einer Woche müssen die Beschwerden in der Regel weg sein. Achtung: Über längere Zeit darf man nur eine einfache, zinkhaltige Babycreme anwenden, da sonst die Gefahr von Allergien drohen.

Die größten Risikofaktoren

für ein Hämorrhoidal-Leiden sind Reizstoffe wie scharfe Alkoholika oder Gewürze, Kaffee im Übermaß genauso wie kohlenensäurehaltige Saftschorlen und Zitrusfruchtsäfte sowie eine fettreiche und schlaackenarme Ernährung. Langfristig ist für eine Therapie der Ursachen besonders die Umstellung falscher Ernährungs-, Stuhlgangs- und Pflegegewohnheiten besonders wirksam: Wichtig sind Ballaststoffe, die zu einer Vermehrung des Stuhlgangs führen sowie schlackenreiche Kost aus Vollkornprodukten und Quellmitteln wie gemahlene Flosamen.

Aber auch Tipps für die richtige Pflege und den Stuhlgang sind zur Vorsorge entscheidend: „Hände weg von Seifen und Duschgels – klares lauwarmes Wasser ist für die tägliche Pflege des Afters am besten“, rät Dr. Geile. Außerdem

Am Mittwoch: Die AZ-Telefonaktion

Hämorrhoiden sind bis heute ein echtes Tabuthema: Wenn's am After juckt und brennt, vertrauen viele Betroffene ihrer Selbstdiagnose anstatt sich von einem Arzt fachlichen Rat und echte Hilfe zu holen.

Rufen Sie an! Am Mittwoch, 14. Juni, von 17.30 bis 19 Uhr – bei der großen AZ-Telefonaktion in Zusammenarbeit mit der Gastro-Liga zum Thema „Was tun, wenn Hämorrhoiden

lästige Leiden verursachen?“. Die Telefonnummern lesen Sie am **Mittwoch in Ihrer AZ!**

Die Experten kommen von der Deutschen Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheiten von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels und der Ernährung. Weitere Infos bei der Gastro-Liga unter www.gastro-liga.de oder unter der Nummer ☎ 0641/97 48-10. **mb**



Dr. Josef Weingart
ist Gastroenterologe in München.



Dr. Dorothea Geile
ist Chirurgin und Proktologin.



Vom Krankenhaus Neuperlach: **Prof. Wolfgang Schmitt.**

sollte man nur auf die Toilette gehen, wenn man wirklich muss. Denn die lange Hockhaltung beim „berühmten“ Zeitungslesen auf dem Klo ist

gefährlich: Sie führt zur Überdehnung des Gewebes und zur Zerstörung der Aufhängung der Hämorrhoiden.

Michael Backmund