

# Tabuthema Hämorrhoiden

Hämorrhoiden hat jeder – erst ihre krankhafte Veränderung macht Probleme

Wer spricht schon gerne über Probleme im Analbereich! Wenn von Hämorrhoiden die Rede ist, so weiß man meist, welcher Körperregion diese zuzuordnen sind, und dass sie dort Schmerzen verursachen können. Man weiß auch, dass derlei Probleme weit verbreitet sind, und kennt diverse „Volksweisheiten“ zur Vorbeugung – à la: „Setz dich nicht auf den kalten Steinboden, sonst holst du dir noch Hämorrhoiden...“. Wenig bekannt ist, dass „Hämorrhoiden“ keine Krankheit sind, und dass auch bei weitem nicht alle Probleme im Bereich des Afters mit den Hämorrhoiden in Zusammenhang stehen.





Die Gründe, die zu einer Veränderung der Hämorrhoiden führen, sind oft banal: falsche Ernährung, kein Sport oder chronische Verstopfung.

Als Hämorrhoiden werden jene drei Schwellkörper bezeichnet, die im Bereich des Anus – also des letzten Teils des Darms vor dem Schließmuskel – gemeinsam mit diesem den Verschluss des Afters sichern. Diese Schwellkörper mit der anatomischen Bezeichnung Plexus hämorrhoidalis internus bestehen aus einem Geflecht von Blutgefäßen, die mit arteriellem Blut gespeist werden. Vergrößern sich die Hämorrhoiden oder treten sie im fortgeschrittenen Stadium tiefer, kann das Probleme machen.

### Anfangs spürt man nichts...

Man unterscheidet vier Stadien: Im ersten Stadium sind die Knoten von außen nicht sichtbar, sie können sich auch von alleine wieder zurückbilden und verursachen meist keine Beschwerden. Hellrotes Blut im Stuhl kann ein Hinweis auf Hämorrhoiden im Erststadium sein. Im zweiten Stadium fallen die Knoten beim Pressen in den Analkanal vor und können sich ohne Therapie nicht mehr zurückbilden. Oft haben die Betroffenen nach der Stuhlentleerung das Gefühl, unvollständig entleert zu haben. In den Stadi-

en drei und vier fallen die Knoten nicht nur bei der Stuhlentleerung, sondern auch spontan vollständig nach außen und ziehen sich nicht mehr von selbst zurück – es kann zu einem so genannten Analprolaps kommen: Nicht nur die Hämorrhoiden, sondern auch die Analschleimhaut stülpt sich bis zu zwei Zentimeter aus dem After. Zu den Blutungen kommen Stechen, Brennen oder Jucken, auch Schleim kann abgesondert werden.

„Früher waren Patienten mit Hämorrhoidal-leiden im dritten oder vierten Stadium der Normalfall“, sagt Dr. Alois Kaiser, Facharzt für Chirurgie in Wels, „das hat sich mittlerweile geändert, weil die Sensibilität aufgrund der Informationskampagnen zur Darmkrebsvorsorge gestiegen ist: Man weiß, dass Blut im Stuhl so früh wie möglich medizinisch abzuklären ist. Mittlerweile kommen sehr viele Patienten bereits im zweiten Stadium.“

### Andere Erkrankungen

Klagt ein Patient über die bereits geschilderten Symptome, so klärt der Arzt in

## EXPERTENTIPP



Dr. Alois Kaiser  
FA für Chirurgie in Wels

- Wer Probleme im Bereich des Afters hat, sollte sich nicht scheuen, einen Arzt aufzusuchen. Je früher krankhafte Veränderungen der Hämorrhoiden erkannt werden, desto einfacher können sie geheilt werden.
- Ballaststoffreiche Nahrung, viel Bewegung und ein natürliches Stuhlverhalten sind die beste Vorbeugung.
- Nach Hämorrhoiden-Operationen nie Aspirin einnehmen und Flugreisen vermeiden.

der Untersuchung, ob es sich um krankhaft veränderte Hämorrhoiden handelt. Dies ist durch eine einfache Tastuntersuchung festzustellen, die im Zweifelsfall durch eine Proktoskopie bestätigt wird. „Diese Untersuchung des Enddarms mit einem etwa 5 Zentimeter langen Gerät ist völlig schmerzlos, wenn der Patient keine Analfissuren hat, und kann ohne Narkose ambulant durchgeführt werden“, beruhigt Dr. Kaiser.

Analfissuren sind kleine, oft nur einen halben Millimeter tiefe Risse in der Schleimhaut des Anus, die jedoch sehr schmerzhaft sind, weil sich in diesem Bereich sehr viele Nerven befinden. Sie werden mittels Salben oder Zäpfchen behandelt, auch dehnt der Arzt den Afterkanal, der aufgrund der Schmerzen völlig verkrampft ist, mit dem Finger, um den Krampf zu lösen.

Werden bei Patienten über 40 Jahren starke Hämorrhoiden festgestellt oder treten unklare Blutungen auf, so wird in jedem Fall eine Koloskopie – also eine Untersuchung

Lesen Sie weiter auf Seite 42 →



Prävention ist eigentlich ganz einfach: Bewegung und abwechslungs- und ballaststoffreiche Ernährung.

des gesamten Dickdarms mit einer biegsamen optischen Sonde – durchgeführt, um andere Erkrankungen, wie Polypen oder Tumore ausschließen zu können. Auch diese Untersuchung kann man ambulant machen lassen. Unangenehm ist vor allem die vorbereitende „Säuberung“ des Darms, die am Tag vorher mit Fasten und dem Trinken von bis zu vier Litern einer speziellen Flüssigkeit beginnt. Die Untersuchung selbst ist unangenehm, aber nur in seltenen Fällen schmerzhaft. Auf Wunsch erhält der Patient eine „Beruhigungsspritze“.

Probleme im äußeren Bereich rund um den After werden oft fälschlicherweise als „äuße-

re Hämorrhoiden“ bezeichnet. „Meist handelt es sich um Perianalthrombosen – also Entzündungen des Venengeflechts, das sich in diesem Bereich befindet“, erklärt Kaiser. Diese kleinen bläulichen Schwellungen oder Knötchen machen fast immer Schmerzen oder können sich ähnlich bemerkbar machen wie krankhaft veränderte Hämorrhoiden: Jucken, Brennen, oft auch Blut, das im Unterschied zu dem Blut, das bei Hämorrhoidalbeschwerden austritt, nicht hellsondern dunkelrot ist, da es aus den Venen stammt. Perianalthrombosen werden chirurgisch entfernt. „Bei leichten Beschwerden können auch schon entzündungshemmende Salben und Sitzbäder helfen“, so Kaiser.

## Moderne Therapie

Nur in den frühen Stadien eins und zwei können Hämorrhoidalleiden ohne Operation behandelt werden. Die Vermeidung von hartem Stuhlgang durch ballaststoffreiche Ernährung, Bewegung und mildes Stuhlaufweichende Mittel verschaffen Linderung, im ersten Stadium kann die Schwellung von selbst wieder zurückgehen. Wenn nicht, können die Knoten verödet werden.

Im zweiten Stadium bevorzugt Dr. Kaiser die Methode der Gummiband-Ligatur. Ein enges Gummiband wird um die Knoten gelegt, die Durchblutung wird dadurch unterbunden. Nach drei bis fünf Tagen fallen das Gummiband und der zusammengeschrumpfte Knoten ab und werden ausgeschieden. Die Behandlung ist zu 95 % schmerzfrei und wird ohne Narkose ambulant durchgeführt.

Eine andere Möglichkeit ist die seit etwa zehn Jahren praktizierte Hämorrhoiden-Arterien-Ligatur, die so genannte HAL-Methode. Die Arterien, die die Hämorrhoiden versorgen, werden per Ultraschall gesucht und abgebunden. Die Hämorrhoiden vernarben, werden nicht mehr mit Blut versorgt und

## NOTFALL: BLUT IN GROSSEN MENGEN

Wenn hellrotes Blut in großen Mengen ausgeschieden wird, so kann eine geplatzte Hämorrhoid oder eine nach einer Hämorrhoiden-Operation oder Gummiband-Ligatur aufgerissene Wunde die Ursache dafür sein. Dr. Alois Kaiser rät Patienten, die eine Gummiband-Ligatur oder eine Hämorrhoiden-Operation hinter sich

haben, mindestens zehn Tage lang auf die Einnahme von Aspirin und auf Flugreisen zu verzichten: Aspirin wirkt blutverdünnend, Blutungen sind dann wesentlich schwerer zu stoppen. Wenn eine Blutung auftritt, so ist das zwar kein Grund zur Panik, aber man sollte rasch einen Arzt aufsuchen, der die Blutung stoppen kann.





schrumpfen. „Diese Methode erfordert meist nur eine lokale Betäubung“, sagt Kaiser.

Ab dem Stadium drei sind die Knoten dauerhaft nach außen gestülpt, der Schließmuskel hat sich an eine offene Position gewöhnt, er ist nicht mehr dicht. Es gibt mehrere Möglichkeiten, die Stadien drei und vier zu operieren: Nach konventioneller Methode werden die Schwellkörper bis auf einen kleinen Rest entfernt. „Diese Methode ist effizient, aber sehr schmerzhaft, Patienten beschreiben die Schmerzen beim Stuhlgang nach der Operation, als würden sie Glasscherben ausscheiden, auch das Sitzen ist lange ein Problem“, sagt Dr. Kaiser.

Auch die HAL-Methode wird im Stadium drei noch angewandt, allerdings sei sie nicht immer erfolgreich, so Kaiser.

Sehr effizient ist die Stapler-Hämorrhoidopexie nach Longo. Hierbei wird mittels Stapler, einem Gerät, das in einem Arbeitsgang sowohl schneiden als auch die Wunde mittels Titanklammern verschließen kann, ein Streifen der Schleimhaut des Enddarms entfernt. Die Hämorrhoidenschwellkörper werden dadurch wieder an ihre richtige anatomische Lage gebracht. „Dabei vermindert sich auch die Durchblutung zu den Hämorrhoiden und sie schrumpfen“, sagt Dr. Kaiser, „diese Methode verursacht wenig

Schmerzen. Der Nachteil ist, dass eine stationäre Aufnahme nötig ist.“

### Zivilisationskrankheit

Die Ursachen von krankhaften Veränderungen der Hämorrhoiden können ähnlich sein wie jene von Perianalthrombosen: „Viel Sitzen, wenig Bewegung, Übergewicht und chronische Verstopfung sind die Hauptgründe, weshalb es zu Hämorrhoidalbeschwerden oder Perianalthrombosen kommen kann“, sagt Kaiser. Wie bei so vielen Erkrankungen ist also auch hier die in der industrialisierten Welt übliche Lebensführung eine Hauptursache. „In den Ländern der dritten Welt kommen Perianalthrombosen und Hämorrhoidalleiden kaum vor“, so Kaiser. Auch die Umstände, die in industrialisierten Ländern das Tempo vorgeben, würden das Stuhlverhalten beeinflussen und so Hämorrhoidalleiden begünstigen:

„Jeder kennt die Situation: Sie fahren auf der Autobahn, ihr Kind auf der Rückbank meldet das dringende Bedürfnis an, ein WC aufzusuchen. Stehen bleiben kann man nicht, bei der nächsten Raststätte heißt es ‚Jetzt muss ich nicht mehr‘“, sagt Kaiser, „so verlernen wir ein gesundes Stuhlverhalten, weil wir den Stuhlbrand immer wieder unterdrücken.“ Bestehen bereits Hämorrhoidalleiden, so können sich die Beschwerden durch übertriebene Anhygiene und das Tragen von String-Tangas, die den problematischen Bereich permanent reizen, verschlimmern.

Nicht alle Faktoren, die eine krankhafte Veränderung der Hämorrhoiden bewirken, sind aber beeinflussbar. Eine angeborene Bindegewebsschwäche, aber auch jede Schwangerschaft begünstigt das Anschwellen der Hämorrhoiden. „Der erhöhte Druck im Bauchraum bei einer Schwangerschaft führt fast immer zu Beschwerden, die sich allerdings nach der Schwangerschaft meist von selbst legen“, sagt Kaiser.

### Vorbeugung

Wer auf sein Gewicht achtet und viel Bewegung macht, tut nicht nur seinem Körper generell etwas Gutes, er hat auch gute Chancen, lästige Hämorrhoidalleiden zu vermeiden. Eine abwechslungsreiche, ballaststoffreiche Ernährung sowie ein natürliches Stuhlverhalten helfen, Verstopfung zu vermeiden. Also: Setzen Sie sich nicht unter Druck – im wörtlichen wie im übertragenen Sinn!

Mag. Susanne Sametinger

