

Fragen:

Nehmen Sie Blutverdünnungsmittel ein?
ja nein
wenn ja, welche?
(Marcumar?, Aspirin?)

Sind bei Ihnen Allergien bekannt?
ja nein
wenn ja, welche?

Wurde bei Ihnen bereits eine ähnliche
Behandlung durchgeführt?
ja nein

Traten dabei unerwünschte Reaktionen
auf?
ja nein
wenn ja, welche?

Sind alle Ihre Fragen vor der Behandlung
beantwortet und geklärt?
ja nein

Ravensburg, den

Unterschrift

Hautarztpraxis

Dr. Ulrich Speer 

Facharzt für Dermatologie

Allergologie, Venenleiden, ambulante
Operationen, Laserbehandlungen, ambulante
Bädertherapie, Röntgenweichstrahltherapie,
onkologisch verantwortlicher Arzt

Merkblatt: Hämorrhoidalleiden

Hautarztpraxis

Dr. Ulrich Speer 

Sprechzeiten (nach Vereinbarung):

Mo: 8.00 - 17.00 Uhr

Di: 10.30 - 18.30 Uhr

Mi: 8.00 - 13.00

Do: 10.00 - 13.00 und 14.00 - 19.00 Uhr

Fr: 8.00 - 14.00 Uhr

Dr. Ulrich Speer
Georgstrasse 15
88214 Ravensburg
Fon 07 51-35 44 53-0
Fax 07 51-35 44 53-2

www.hautarzt-rv.de
info@hautarzt-rv.de

Merkblatt: Hämorrhoidalleiden

Was sind Hämorrhoiden?

Zusammen mit dem Inneren und äußeren Schließmuskel bilden die Blutgefäße des Enddarms eine Einheit, die eine willkürliche Stuhlentleerung gewährleistet. Bei angeborener Bindegewebsschwäche oder als Ergebnis fortgesetzter Pressmanöver beim Stuhlgang können sich die Hämorrhoidalgefäße erweitern und innere Hämorrhoiden bilden. In fortgeschrittenen Fällen ist es möglich, dass die Hämorrhoiden auch nach außen treten. In den Hämorrhoiden kann es zum Auftreten eines Blutgerinnsels kommen. Hämorrhoiden können die Hygiene im Afterbereich erschweren und es können Ekzeme und Entzündungen hinzutreten. Die, hiermit verbundenen Schmerzen und Blutungen sowie oftmals ausgeprägter Juckreiz führen den Patienten zum Arzt. Dieser nach einer eingehenden Untersuchung des Enddarms die Diagnose stellen und jeweils Individuelle Richtlinien für die Behandlung festlegen. Damit die Behandlung zu einem dauerhaften Erfolg führt, ist die Mitwirkung des Patienten von entscheidender Bedeutung.

Stuhlgewohnheiten:

Ursächlich für die Entstehung von Hämorrhoiden ist starkes Pressen beim Stuhlgang. Bei der Unterstützung der Darmentleerung durch die Bauchpresse wird eine erhebliche Schwellung der Venen des Afters hervorgerufen. Deshalb ist überhöhtes Pressen beim Stuhlgang zu vermeiden. Doch auch wenn bei bestehendem Stuhldrang die Darmentleerung hinausgezögert wird, kommt es zu einer Erweiterung der Gefäße des Enddarms und somit zu Hämorrhoiden. Deshalb soll die Darmentleerung nicht zwanghaft zurückgehalten werden.

Stuhlhygiene:

Durch nach außen vorgetretene Hämorrhoidalknoten und Hautfalten (Marisken) wird die Hygiene im Afterbereich erheblich erschwert. Als Vorbeugung gegen Wundwerden und Entzündungen ist es wichtig für peinliche Sauberkeit zu sorgen und den Afterbereich trocken zu halten. Zur Säuberung nach dem Stuhlgang empfiehlt sich

- 1.** ein kurzes Abbrausen unter der Dusche.
- 2.** die Verwendung von im Handel erhältlichem feuchten Toilettenpapier.
- 3.** Regelmäßige Sitzbäder mit gerbender Eichenrinde wirken entzündungshemmend

Beim anschließenden Abtrocknen soll nur abgestumpft und nicht gescheuert werden. Am Schluss werden die Heil- oder Schutzcremes die der Arzt verschrieben hat, dünn aufgetragen. Das Einlegen von Mullstreifen verhindert, das Scheuern der Haut und hilft beim Trockenhalten.

Ernährungsweise:

Da starkes Pressen beim Stuhlgang ein wichtiger Grund für die Entstehung von Hämorrhoiden ist, ist eine Ernährung anzustreben, die zu weichem Stuhlgang führt. Zu harter Stuhlgang, der zum verstärktem Pressen führt, liegt in den meisten Fällen an einem Mangel von Ballaststoffen in Nahrung in Verbindung mit zu geringer Flüssigkeitszufuhr. Ballaststoffe können vom menschlichen Körper nicht aufgeschlossen und aufgenommen werden, sondern bleiben im Darm zurück und bilden die Stuhlmasse. Mit ausreichender Flüssigkeitszufuhr (2-3 Liter täglich) führen die Ballaststoffe dazu, dass der Stuhl an Masse, Weichheit und Gleitfähigkeit gewinnt. In der

industriell gefertigten Nahrung gehen viele der wertvollen Ballaststoffe verloren. Ballaststoffreiche Ernährung ist als "Vollwertküche" bekannt (Kochbücher mit Rezepten sind im Handel erhältlich). Günstig ist der Verzehr von frischem Obst und Gemüse, Rohkostsalaten und Vollkornbrot.

Zu meiden sind Nahrungsmittel, die zu Verstopfung führen. Hierbei gibt es individuell unterschiedliche Reaktionsweisen. Verstopfung wird häufig durch eine einseitige mit viel Fett, Backwaren aus weißem Mehl und Süßigkeiten, vor allem Schokolade verursacht. Bestehen zusätzlich Jucken oder Brennen im Analbereich, so sind starker Kaffee, Tee oder scharfe Gewürze zu meiden.

Sitzgelegenheiten:

Sitzende Tätigkeiten begünstigen ebenfalls die Blutfülle der Hämorrhoiden und können damit zur Entstehung der Hämorrhoidenkrankheiten beitragen. Erleichterung bringt, wenn ein Stuhl mit fester Unterlage gewählt wird, und bei längerer Dauer immer wieder aufgestanden und umhergegangen wird. Auch regelmäßige körperliche Bewegung ist in der Vorbeugung gegen Darmträgheit und Hämorrhoidenleiden empfehlenswert.

Was man über Hämorrhoidenverödung wissen sollte!

Hämorrhoiden können durch "Verödung" behandelt werden. Hierbei wird eine Substanz in die erweiterten Blutgefäße injiziert, die diese zum Verschluss bringt. Diese Behandlung ist meist schmerzlos und wird in der Regel gut vertragen. Gelegentlich auftretender leichter Druck in der Aftergegend oder geringe Blutauflagerungen auf dem Stuhl sind harmlos.