



# HEMOROIDALNA BOLEZEN

Vojislav Ivetić

Hemoroidi (zlate žile) so razširitve venskega ožilja ob zadnjiku (hemoroidalne vene). Hemoroide, ki ostanejo v zadnjiku, imenujemo notranji, tiste, tiste, ki štrlijo navzven, pa zunanji. Notranji hemoroidi ležijo v podsluznični plasti končnega dela danke in niso občutljivi za mehanske ter toplotne dražljaje. Zunanji hemoroidi ležijo ob zadnjiku, od notranjih jih loči posebna zobata črta. So manj pomembni kot notranji, vendar bistveno bolj vplivajo na estetiko intimnih predelov telesa. Pogosto bolijo, ker so kožni deli dobro oživčeni. Hemoroidi se lahko vnamejo, v njih lahko nastane krvni strdek (tromb), lahko zakrvavijo ali pa se povečajo in štrlijo navzven.

## 1. *Kako pogosta je hemoroidalna bolezen?*

Po različnih študijah težave zaradi hemoroidov prizadenejo med 4-80 % populacije. V populaciji zahodne Evrope in Severne Amerike naj bi do 50. leta starosti vsak drugi prebivalec zbolel za hemoroidalno boleznijo.

## 2. *Kaj povzroča nastanek hemoroidalne bolezni?*

Več različnih dejavnikov lahko povzroča hemoroidalno bolezen:

- so prirojeni, lahko pa tudi pridobljeni,
- notranji po navadi nastanejo zaradi oslabiljenega vezivnega tkiva in čezmernega ožiljenja v predelu zadnjika,
- zunanji so običajno posledica življenjskih navad, kot so sedeče delo, kronično zaprtje, nepravilna prehrana ter prekomerna telesna teža,
- so nekoliko pogostejši pri ženskah in se pojavljajo predvsem v nosečnosti.

## 3. *Kako se hemoroidalna bolezen kaže?*

ajpogostejša težava je krvavitev iz danke/rektalna krvavitev (hematohezija). Bolniki krvavitev pogosto opisujejo kot svetlo kri na papirju ali straniščni školjki. Drugi simptomi so še:

- izpadanje črevesa ob odvajanju blata,
- občutek nepopolne izpraznitve po odvajanju blata,
- neudoben občutek ob odvajanju blata,
- srbenje ali težave z osebno higieno v predelu anusa.

## 4. *Kako postavimo diagnozo?*

Pred odločitvijo o vrsti zdravljenja je potrebna dobra anamneza in določene preiskave, s katerimi izključimo druge bolezni zadnjika, danke in črevesa tet ovržemo ali potrdimo prisotnost simptomatskih hemoroidov, njihovo lokacijo (zunanji, notranji), število in stopnjo obolenja. Zelo pomembni so:



- dobra anamneza (posredovanje vseh podatkov o vrsti in času nastanka težav),
- inspekcija (ogled zadnjika),
- digitorektalni pregled (pregled in tipanje zadnjika s prstom),
- anoskopija in/ali rektoskopija (pregled zadnjih 15-25 cm črevesa),
- kolonoskopija (v nejasnih primerih pregled celotnega debelega črevesja in delno tudi tankega črevesja).

## 5. *Kako poteka zdravljenje?*

V osnovi moramo izbrati med postopnim, manj invazivnim zdravljenjem, ki morda ne bo popolnoma uspešno, in bolj radikalnimi posegi s skoraj zagotovljenim uspehom, vendar daljšim okrevanjem, večjim deležem možnih zapletov in pooperativnimi bolečinami.

Hemoroidalno bolezen lahko zdravimo na več različnih načinov. Na voljo je konzervativno zdravljenje: sprememba prehranskih navad, mazila, svečke, tablete, ipd., pa tudi različne operativne tehnike (sklerozacija, podvezovanje z elastičnim trakom, kirurška odstranitev).

## 6. *Kako bolezen poteka?*

Najbolj sprejeta je Goligherjeva klasifikacija notranje hemoroidalne bolezni.

- Prva stopnja: hemoroidi krvavijo in ne izpadejo (se pokažejo izven zadnjikovega kanala).
- Druga stopnja: hemoroidi krvavijo in izpadejo, vendar se spontano vrnejo v zadnjikov kanal.
- Tretja stopnja: hemoroidi krvavijo, izpadejo in po odvajanju se samo od sebe ne vrnejo v zadnjikov kanal. Potrebno jih je potisniti nazaj.
- Četrta stopnja: hemoroidi so trajno izpadli in jih ni mogoče vrniti nazaj v zadnjik.

## 7. *Kako poteka spremljanje bolnika s hemoroidalno boleznijo?*

Glede na metodo zdravljenja in trajanje simptomov je potrebno v primeru poslabšanja opravljati kontrolne preglede pri zdravniku družinske medicine ali pri kliničnem specialistu kirurgu – proktologu.

## 8. *Kako si lahko pri hemoroidalni bolezni pomagata sami?*

- Skrbite za osebno higieno, po vsakem odvajanju blata se umijte.
- Pripravite si kopeli z mlačno vodo in s kamilicami ali hrastovim lubjem.
- Ob zaprtju pijte Donat, uporabite blaga naravna odvajala in uživajte hrano bogato z balastnimi snovmi (sadje, zelenjava, črn kruh ...).
- Za intimne predele uporabljajte negovalna mazila, lahko tudi mazila za nego otroške ritke.
- Uporabljajte mazila in svečke, ki vsebujejo protivnetna sredstva, ter lokalne anestetike proti bolečinam (dolgotrajna uporaba ni priporočljiva zaradi tanjšanja in sušenja kože in nevzdržne, pikajoče srbečice v predelu zadnjika).



### ***9. Kako hemoroidalna bolezen vpliva na vaše življenje?***

Hemoroidalna bolezen je kronična, zelo pogosta bolezen sodobnega človeka. Je zelo pogost razlog zaskrbljenosti bolnikov in posledično tudi za obisk zdravnika družinske medicine. Z ustrezno razlago narave in poteka bolezni, spremembo življenjskega sloga ter z novimi sodobnimi metodami zdravljenja je bolezen ozdravljiva.

### ***10. Ali in kako lahko nastanek hemoroidalne bolezni preprečite?***

Z ustrezno spremembo življenjskega sloga (več telesne dejavnosti, manj sedenja, skrb za redno odvajanje mehkejšega blata, skrb za pravilno prehranjevanje, zmanjšanje prekomerne telesne teže) lahko pripomorete, da se verjetnost pojava bolezni zelo zmanjša.