

06. Februar 2019

## RADIOBEITRAG als Text

### **Hämorrhoiden: Beschwerden nicht einfach „aussitzen“**

#### **Anmoderation:**

Niemand redet gerne über sie, aber jeder hat welche: Hämorrhoiden. Sie arbeiten mit dem Schließmuskel zusammen und haben für den Körper eine wichtige Funktion. Normalerweise bleiben sie im Verborgenen, können aber zum Problem werden, wenn sie sich vergrößern. Kristin Sporbeck hat sich bei Anja Debrodt informiert. Debrodt ist Ärztin im AOK-Bundesverband.

Länge: 2.01 Minuten

---

#### **Anja Debrodt:**

**Hämorrhoiden sind gut durchblutete Gefäßpolster im Enddarm, die zusammen mit dem Schließmuskel dafür sorgen, dass sich der Darm nicht unkontrolliert entleert. Probleme machen sie, wenn sie sich vergrößern. Dann gehören zu den typischen Symptomen starker Juckreiz, Brennen und Nässen am After, manchmal kommt es auch zu Blutungen. Je größer die Hämorrhoiden werden, desto stärker werden auch die Beschwerden. Dann können sie ein Druck- oder Fremdkörpergefühl im Analbereich verursachen und das Sitzen sehr unangenehm machen.**

**Text:** erklärt Anja Debrodt, Ärztin im AOK-Bundesverband. Zu den Ursachen gehört erhöhter Druck, beispielsweise durch Verstopfung oder Durchfall sowie Schwangerschaft und Geburt. Die Behandlung

hängt davon ab, wie groß die Hämorrhoiden sind und wie stark die Beschwerden.

**Anja Debrodt:**

**Dabei werden vier Stadien unterschieden. Bei Grad 1 und 2 kommt eine Verödung der Hämorrhoiden in Frage. Es wird ein Sklerosierungsmittel gespritzt, das zu einer Vernarbung der Hämorrhoiden führt. Diese Prozedur ist meist schmerzfrei. Bei 2.- und 3.-gradigen Hämorrhoiden kommt meist eine Gummibandligatur zum Einsatz. Dabei werden Hämorrhoiden abgebunden, sodass sie nach einiger Zeit abfallen. Bei Schweregrad 4 raten Mediziner meist zu einer Operation – das ist allerdings nur sehr selten der Fall.**

**Text:**

Wer Beschwerden hat, sollte sie mit dem Arzt abklären. Bei Blut im Stuhl sollte man auf jeden Fall zum Arzt gehen. Aber man kann auch selbst etwas tun und vorbeugen, so Debrodt.

**Anja Debrodt:**

**Im Anfangsstadium reicht es oft aus für einen weichen Stuhlgang zu sorgen, zum Beispiel mit ballaststoffreicher Kost mit viel Obst und Gemüse und indem man täglich ein bis zwei Liter trinkt. Außerdem sollte man beim Stuhlgang auf keinen Fall stark pressen. Wichtig ist die Hygiene. Dabei sollte man auf Feuchttücher und ähnliches verzichten, da die Zusatzstoffe reizen. Besser ist es, den Analbereich mit klarem Leitungswasser zu reinigen und gut abzutrocknen. Ausreichend Bewegung ist auch wichtig, um den Darm auf Trab zu halten.**