

UMC St Radboud

Aambeien (Hemorroiden)

Patiënteninformatie

Wat zijn aambeien?

Aambeien (hemorroïden) zijn uitgezakte opgezwollen zwellichamen van bloedvaatjes. U kunt ze het beste vergelijken met spataderen, ze zitten alleen op een vervelende plaats in het begin van de anus. Soms zijn ze zo gezwollen dat ze naar buiten puilen. Dit kan een pijnlijk gevoel geven, vooral tijdens en na de stoelgang. Soms bloeden ze of raken ze ontstoken. Ook kunnen aambeien ongewild verlies van darminhoud veroorzaken.

Echter niet alle bloedingen uit de anus zijn het gevolg van aambeien. Zelfs wanneer u zeker weet dat u aambeien hebt, kan het bloedverlies toch door iets anders worden veroorzaakt. Het is daarom belangrijk de oorzaak van het bloedverlies door de arts te laten onderzoeken.

Wat is de oorzaak?

Er kunnen verschillende oorzaken zijn voor het ontstaan van aambeien bijvoorbeeld door veel te zitten, onvoldoende lichaamsbeweging of een te hoog lichaamsgewicht. Echter de voornaamste oorzaak ligt waarschijnlijk aan onze voeding.

Tegenwoordig bevat het voedsel minder (plantaardige) vezelstoffen. Een belangrijke functie van vezelstoffen is, dat deze niet verteren en vocht vasthouden

in de darmen. De ontlasting wordt hierdoor zacht en week.

Het ontbreken van vezelstoffen in de voeding geeft een harde, droge ontlasting met als gevolg dat de stoelgang wordt bemoeilijkt en meer moet worden geperst. Dit is een zware belasting voor de zwakke plekken in de darmen. Ze raken geïrriteerd en zwellen op. Zo kunnen aambeien groter worden en uitzakken.

Welke klachten kunnen aambeien geven?

Aambeien kunnen verschillende klachten met zich meebrengen.

- Soms zakken ze uit, dit geeft meestal een propgevoel.
- Het slijmvlies op de aambeien kan kwetsbaar worden, waardoor bij het afvegen van de anus wat helderrood bloed op het toiletpapier komt.
- Het is ook mogelijk dat er wat darmslijm of dunne ontlasting door de sluitspier "lekt". Dit veroorzaakt vaak hinderlijke jeuk.
- Wanneer de aambeien in de anus afknellen, zwellen ze verder op en bestaat de kans dat ze kapot gaan. Hierdoor verliest u wat helderrood bloed.
- De huid rondom de anus kan geïrriteerd raken en een branderig gevoel en jeuk veroorzaken.

Kunnen aambeien spontaan genezen?

Nee, aambeien die eenmaal zijn uitgezakt, blijven uitgezakt. Met bepaalde maatregelen en leefregels kunnen klachten wel worden voorkomen of verzacht.

Klachten voorkomen of verzachten

Klachten kunnen worden voorkomen door de stoelgang zacht te houden. Daarvoor is het eten van voldoende vezelrijke voeding bijvoorbeeld bruinbrood en zemelen en het drinken van veel water nodig. Zemelen zijn het beste. U koopt ze in de supermarkt of bij de drogist. Doe er een eetlepel van in een kop yoghurt. Om te beginnen driemaal per dag. Al gauw wordt uw ontlasting minder hard en droog. Als deze te dun wordt, kunt u volstaan met een of twee eetlepels per dag. U voelt dat zelf het beste aan.

Verder moet bij aandrang van ontlasting het toiletbezoek niet te lang worden uitgesteld. Een zekere regelmaat voorkomt dat op ongelegen momenten de ontlasting opgehouden moet worden. Ook het zoveel mogelijk vermijden van persen voorkomt klachten van uitzakende aambeien.

Regelmatig een warm zitbad nemen zorgt ervoor dat de anus zich kan ontspannen. Ook als er klachten zijn van branderigheid, pijn, jeuk en eczeem rond de anus, is een warm zitbad een goed middel ter bestrijding van deze klachten.

Zorg verder voor voldoende beweging, zeker als u veel zit. Als u te zwaar bent, probeer dan wat af te vallen.

Wanneer is behandeling nodig?

Wanneer ondanks het nemen van bovengenoemde maatregelen en leefregels de klachten toch blijven bestaan, is verdere behandeling noodzakelijk.

Is onderzoek noodzakelijk?

De klachten die aambeien geven, kunnen ook bij andere afwijkingen van de endeldarm of de anus voorkomen. Door middel van een inwendig onderzoek met de vinger (toucheren) en een kijkbuisje (proctoscoop), wordt de anus en het laatste stukje van de endeldarm onderzocht. Hierbij kan aanvullend onderzoek door middel van een endoscopie of röntgenfoto van de dikke darm nodig zijn.

Wat zijn de behandelingsmogelijkheden?

Een logische behandeling is het terugbrengen van de zwellichamen op hun oorspronkelijke plaats. Het uitzakken is dan verholpen en de aambeien kunnen dan ook geen klachten meer geven.

Afbinden

Een veel toegepaste, pijnloze behandelingsmethode is het afbinden van het overtollige slijmvlies met behulp van rubberbandjes. Het slijmvlies sterft binnen 7 tot 10 dagen af en het wondje geneest met een littekentje. Wanneer een rubberbandje de endeldarm verlaat (het korstje gaat van de wond), kan er wat bloedverlies optreden. Wanneer het bloedverlies meer lijkt dan een kopje vol, moet u contact opnemen met het ziekenhuis.

Ten gevolge van een ontsteking op de behandelingsplaats kan er kortdurend een geringe temperatuurverhoging optreden.

Gemiddeld zijn ongeveer vier behandelingen nodig.

Scleroseren

Een andere methode is het spuiten van een irriterende vloeistof onder het slijmvlies. Als gevolg van de daardoor optredende reactie verkleeft het slijmvlies aan de onderlaag.

Gemiddeld zijn ongeveer vier behandelingen nodig.

Poliklinisch operatief verwijderen

Het operatief verwijderen van aambeien op de polikliniek wordt slechts bij uitzondering uitgevoerd, alleen bij zeer grote en pijnlijke afwijkingen. Soms wordt een inwendig verband voor 24 uur gegeven.

Combinatiebehandelingen

Ook kunnen combinaties van de genoemde behandelingen worden uitgevoerd. De ingrepen kunnen allemaal poliklinisch worden verricht. Bij meer dan de helft van de patiënten is een goed resultaat te verwachten na de eerste poliklinische behandeling. Afhankelijk van de ernst van de verzaking van de aambeien kunnen meer behandelingen nodig zijn.

Na de behandeling

Na het afbinden met rubberbandjes of na inspuiting van de aambeien kan een onaangenaam gevoel optreden gedurende één tot twee dagen. De ernst van de klachten kan afhankelijk zijn van de grootte van het behandelde oppervlak. De meeste patiënten hebben geen pijnstillers nodig. Een warm zitbad kan de klachten doen verminderen. Ter voorkoming van harde ontlasting en persen,

is het van belang na de behandeling extra vezels te gebruiken.

Na een behandelingen van de aambeien kunnen naar verloop van tijd weer opnieuw klachten ontstaan.

Dit kunt u voorkomen door zo veel mogelijk bovengenoemde maatregelen en leefregels in acht te nemen door meer (plantaardige) vezelrijke voeding te eten, veel water drinken en persen van ontlasting te voorkomen.

Adres

Bezoekadres

Polikliniek Dermatologie
UMC St Radboud West
René Descartesdreef 1, route 374
Nijmegen

Postadres

UMC St Radboud
Poli Dermatologie 374
Postbus 9101
6500 HB Nijmegen

Telefoonnummer

024 - 361 32 80
Bereikbaar van 13.00-16.00 uur

© UMC St Radboud
overname van (gedeelten uit)
deze tekst is uitsluitend
mogelijk na schriftelijke
toestemming van
Staf Concerncommunicatie