

# Beschwerden im Analbereich

## Was kann es sein? Was kann man tun?



**Risikopatient  
für Darmkrebs?**  
ab Seite 14

Herausgeber

DR. FALK PHARMA GmbH



Leinenweberstr. 5  
79108 Freiburg  
Germany

Fax: 07 61/15 14-321

E-Mail: [zentrale@drfalkpharma.de](mailto:zentrale@drfalkpharma.de)

[www.drfalkpharma.de](http://www.drfalkpharma.de)

© 2021 Dr. Falk Pharma GmbH

Alle Rechte vorbehalten.

27. Auflage 2021

# Beschwerden im Analbereich

Was kann es sein?

Was kann man tun?

Priv. Doz. Dr. med.  
Wilhelm Brühl

Autor:  
Priv. Doz. Dr. med. W. Brühl



Wissenschaftliches Institut für Proktologie  
Detmolder Straße 264  
32602 Vlotho-Exter



Darmklinik Exter  
Detmolder Straße 264  
32602 Vlotho-Exter

Tel. 05228/9494-0  
<http://www.darmklinik.de>

## Vorwort

Zahllose Menschen haben die unterschiedlichsten Beschwerden im Bereich des Afters. In vielen Fällen werden dafür Hämorrhoiden verantwortlich gemacht.

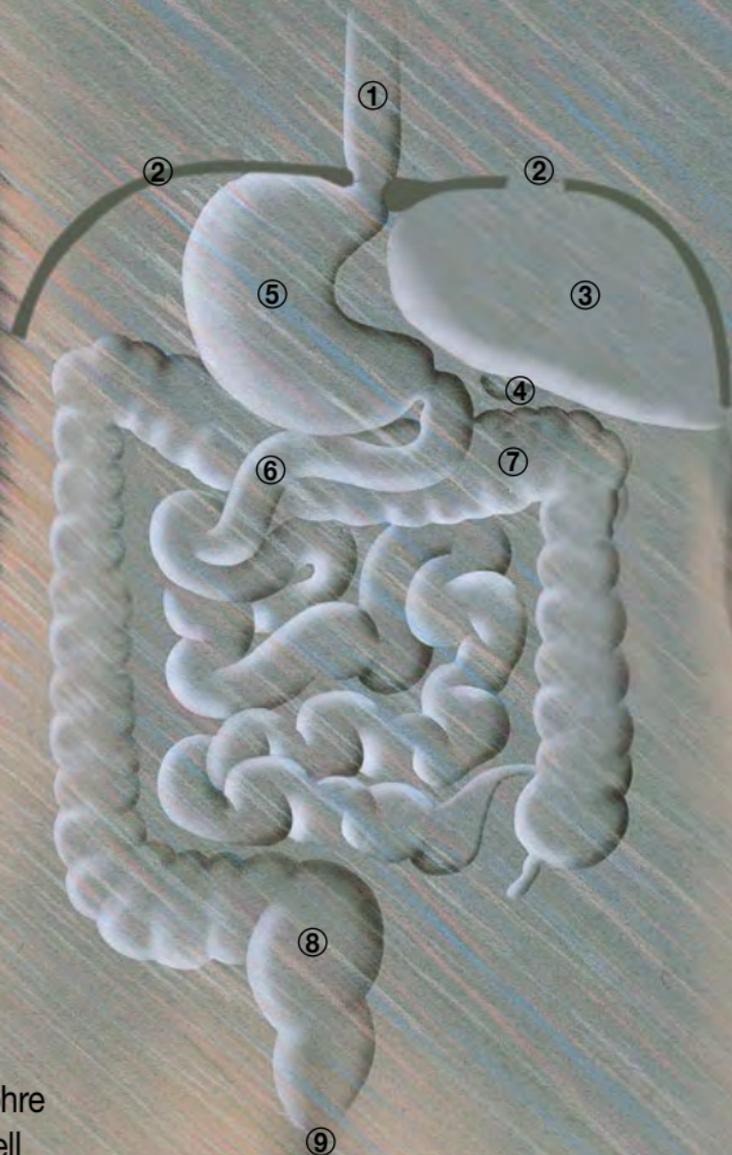
Die Behandlung wird gern mit Salben, Zäpfchen, Sitzbädern und eigenen Hausrezepten durchgeführt. Der Erfolg ist aber nicht immer oder nur kurzfristig zufriedenstellend. Diese Erfahrungen hat schon manch Betroffener machen müssen.

Das liegt daran, weil es keineswegs immer Hämorrhoiden sind, die Beschwerden verursachen. Im Analbereich können zahlreiche andere Erkrankungen auftreten, und nicht selten handelt es sich dabei sogar um Darmkrebs. Soweit muss es aber gar nicht erst kommen: Im Rahmen einer Koloskopie können Vorstufen des Darmkrebses entfernt und dadurch das Auftreten des Krebses verhindert werden (s. Seite 11).

Diese Broschüre kann Ihnen helfen herauszufinden, welche Erkrankung bei Ihnen vorliegen könnte und was sich dagegen machen lässt. Ihr Blick sollte für das Wesentliche geschärft werden und Ihnen die Angst nehmen, wo sie nicht angebracht ist. In jedem Fall sollten Sie aber Rücksprache mit Ihrem Arzt halten und ihn genauestens über die Beschwerden informieren.

# Verdauungsorgane

Die Abbildungen in dieser Broschüre zeigen den Patienten und dessen innere Organe von seiner Rückenansicht.



- ① Speiseröhre
- ② Zwerchfell
- ③ Leber
- ④ Gallenblase
- ⑤ Magen
- ⑥ Dünndarm
- ⑦ Dickdarm
- ⑧ Mastdarm
- ⑨ After

<b>Blutungen</b>	<b>Hämorrhoiden</b>	<b>8</b>
	<b>Dickdarmpolypen</b>	<b>10</b>
	<b>Dickdarmkrebs</b>	<b>12</b>
	<b>Dickdarmentzündung</b>	<b>16</b>

*seltene Ursachen:  
Analekzem, Analfissur,  
Analrandthrombosen.*

<b>Schmerzen</b>	<b>Periproktaler Abszess</b>	<b>18</b>
	<b>Analfissur</b>	<b>20</b>
	<b>Proctalgia fugax</b>	<b>22</b>
	<b>Steißbeinschmerz</b>	<b>24</b>
	<b>Kryptitis</b>	<b>26</b>

*seltene Ursachen:  
vorfallende Hämorrhoiden,  
Reizdarm, Analrand-  
thrombosen.*

<b>Nässen</b>	<b>Schließmuskelschwäche</b>	<b>28</b>
	<b>Perianale Fistel</b>	<b>30</b>

*seltene Ursachen:  
Analekzem, Hämorrhoiden.*

<b>Jucken</b>	<b>Analekzem</b>	<b>32</b>
---------------	------------------	-----------

*seltene Ursachen:  
Feigwarzen.*

<b>Knotenbildungen</b>	<b>Marisken</b>	<b>34</b>
	<b>Feigwarzen</b>	<b>36</b>
	<b>Analrandthrombosen</b>	<b>38</b>
	<b>Darmvorfall</b>	<b>40</b>

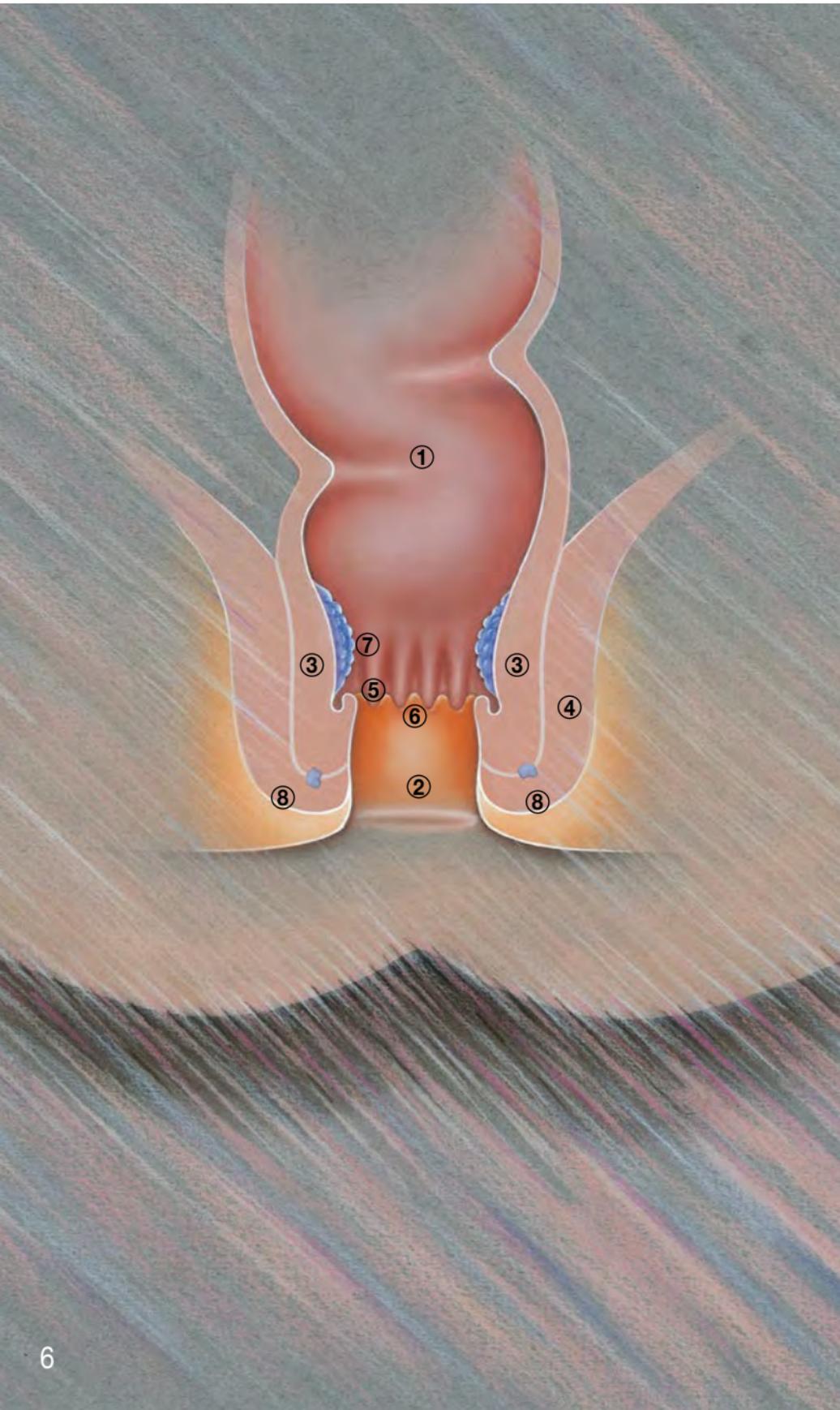
*seltene Ursachen:  
vorfallende Hämorrhoiden.*

<b>Stuhlveränderungen</b>	<b>Reizdarm</b>	<b>42</b>
	<b>Divertikelkrankheit</b>	<b>44</b>
	<b>Morbus Crohn</b>	<b>46</b>

*seltene Ursachen:  
Dickdarmkrebs, Dickdarm-  
entzündung, Dickdarm-  
polypen,  
mikroskopische Kolitis.*

<b>Anhang</b>	<b>Die Bedeutung des wohlgeformten Stuhls</b>	<b>48</b>
---------------	---	-----------

# *Aufbau von Enddarm und After*

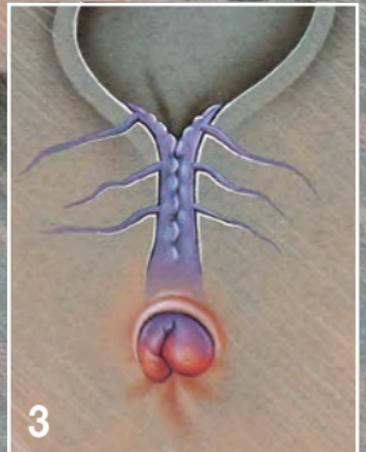
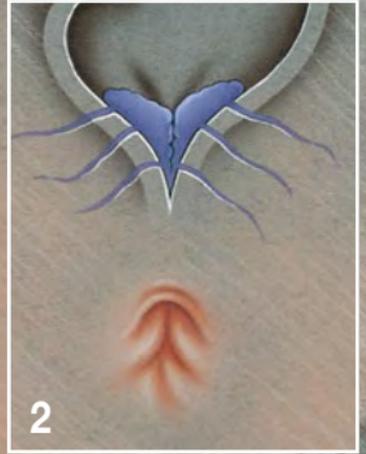
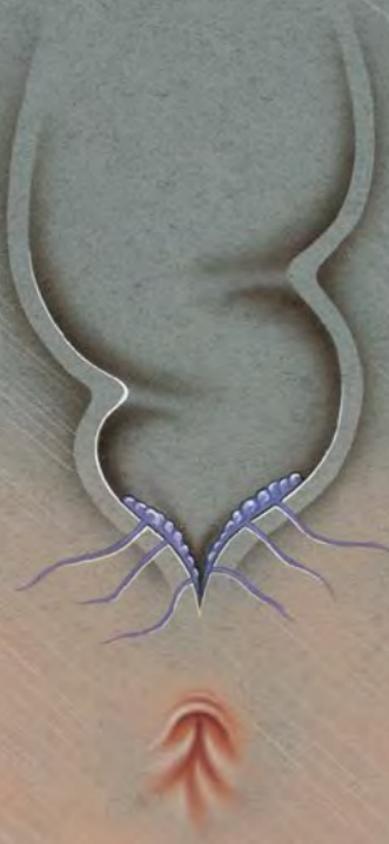




- ☒ Enddarm
- ☒ After
- ☒ innerer Schließmuskel
- ☒ äußerer Schließmuskel
- ☒ Analpapillen
- ☒ Analkrypten
- ☒ Hämorrhoidalpolster
- ☒ Analdrüsen

Den letzten Abschnitt des Magen-Darm-Traktes nennt man Enddarm oder Mastdarm ☒. Dieser geht in den After ☒ über, der von den beiden ringförmigen inneren ☒ und äußeren ☒ Schließmuskeln gebildet wird. Zwischen diesen beiden Muskeln befinden sich mehrere Analdrüsen ☒. Enddarm und After sind durch eine Linie (Linea dentata) getrennt, die aus – abwechselnd aneinandergereihten – „schwalbennestartigen“ Vertiefungen (Analkrypten ☒) und „katzenzahnartigen“ Zacken (Analpapillen ☒) besteht. Diese Linie ist die Grenze zwischen der unterhalb gelegenen, hochempfindlichen – und manchmal sehr schmerzhaften – Analregion und dem oberhalb vorhandenen – schmerzunempfindlichen – Enddarm. Oberhalb dieser Linie finden sich auch die ringförmig angeordneten Hämorrhoidalpolster ☒.

# Hämorrhoiden



## **Was sind Hämorrhoiden?**

Hämorrhoiden sind Blutgefäße, die den Analkanal wie Polster von innen auskleiden (1). Sie haben die Aufgabe, den Feinverschluss des Afters zu gewährleisten, sodass selbst durchfallartiger Stuhl und Winde den After ungewollt nicht passieren können.

Wenn die Hämorrhoiden – etwa bei chronischer Verstopfung – durch harten Stuhl ständig verletzt werden, vergrößern sie sich (2) und werden mehr und mehr aus dem After herausgedrückt (3).

## **Was machen Hämorrhoiden für Beschwerden?**

Meist kommt es zu Blutungen und später zu einem Vorfall der Hämorrhoiden aus dem After mit Nässen, Schmierer und stuhlverschmutzter Wäsche, sowie einem unangenehmen Druckschmerz und anhaltendem Stuhldrang. Dann spricht man von einem Hämorrhoidalleiden.

## **Wie behandelt man Hämorrhoiden?**

Für weichgeformten Stuhl sollte gesorgt werden (ballaststoffreiche Kost und Quellsubstanzen wie z. B. Mucofalk®, reichlich Flüssigkeit). Beim Stuhlgang nicht pressen. Abführmittel meiden. Nach Bedarf Anal-tampons, Zäpfchen oder Salben. Falls nötig, ärztliche Behandlung durch Verödung, Gummiringligatur, Hämorrhoidenarterienligatur (HAL), Rektoanale Repair (RAR) oder operative Verfahren (u. a. Stapler-OP nach Longo).

# *Dickdarmpolypen*



## **Was sind Dickdarpolypen?**

Es sind linsen- bis kastaniengroße Knoten im Dickdarm, die einzeln, aber auch zu mehreren auftreten können. Ab einer bestimmten Größe neigen sie dazu, bösartig zu werden. Das führt zum Dickdarmkrebs.

## **Was machen Dickdarpolypen für Beschwerden?**

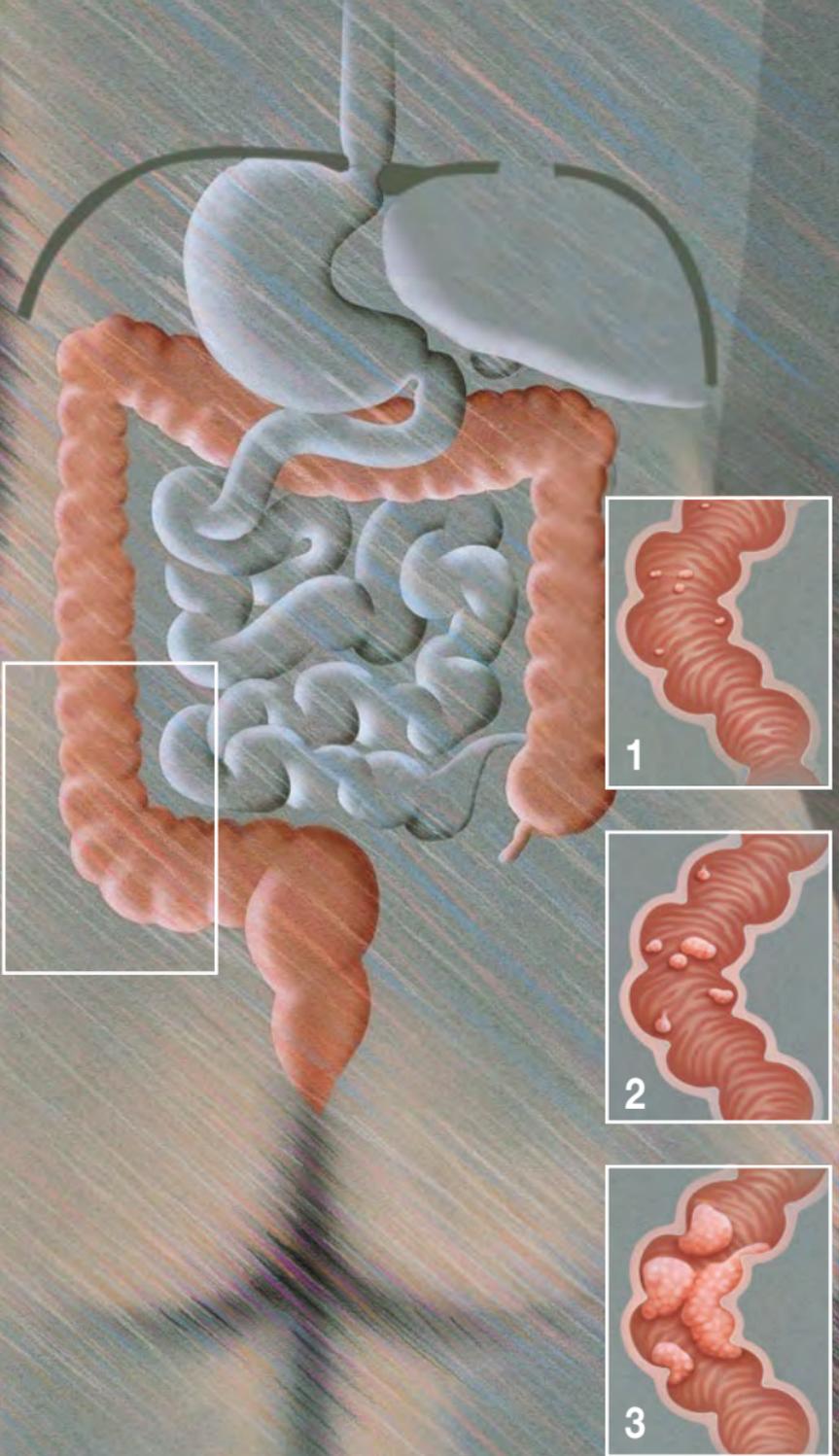
Kleine Polypen machen keine Beschwerden; größere Polypen können bluten und – ähnlich wie der Darmkrebs – den Stuhl in Konsistenz und Frequenz verändern. Der Test auf nicht sichtbares Blut im Stuhl kann positiv ausfallen. Leibschmerzen sind selten.

## **Wie behandelt man Dickdarpolypen?**

Die allermeisten Polypen kann man bei der Darmspiegelung mit der elektrischen Schlinge entfernen. Nur ganz große müssen operativ beseitigt werden. In der Mehrzahl der Fälle kann man damit den Übergang in einen Darmkrebs verhindern. Bei regelmäßiger Darmspiegelung braucht somit der Dickdarmkrebs nicht aufzutreten. Daran sollten besonders diejenigen denken, bei denen Dickdarpolypen oder Dickdarmkrebs in der Familie bekannt sind.

Sie stellen eine Risikogruppe dar und müssen vermehrt mit dem Auftreten von Dickdarpolypen und Dickdarmkrebs rechnen.

# Dickdarmkrebs



## **Was ist ein Dickdarmkrebs?**

Es handelt sich um eine bösartige Geschwulst im Dickdarm (3). – Im Dünndarm ist mit solchen Veränderungen weitaus seltener zu rechnen. – Als Vorstufe des Dickdarmkrebses gelten die gutartigen Dickdarm-polypen (1 u. 2).

## **Was macht der Dickdarmkrebs für Beschwerden?**

Beim Stuhlgang zeigt sich oft dunkles Blut und Schleim. Der Stuhlgang wird unregelmäßig und wechselnd in seiner Beschaffenheit. Der Krebs im Enddarm kann die Verschlussfunktion stören und einen ständigen Stuhldrang verursachen. Leibschmerzen treten bei dem höher gelegenen Dickdarmkrebs auf. Der Test im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung auf nicht sichtbares Blut ist oft positiv.

## **Wie behandelt man den Dickdarmkrebs?**

Der erkrankte Darmabschnitt muss operativ entfernt werden; danach werden die beiden Darmenden wieder vernäht. Bei dem tief im Enddarm sitzenden Krebs ist das nicht möglich. Man muss bei diesen Patienten einen seitlichen Darmausgang (Anus praeter) anlegen, weil der gesamte After entfernt werden muss, um den Tumor komplett zu beseitigen.

# *Dickdarmkrebs*

## **Wer ist Risikopatient?**

Darmkrebs gehört zu den häufigsten Krebsarten.

Er braucht nicht aufzutreten, wenn man seine Vorstufen – die Darm-  
polypen – entfernt. Das lässt sich  
bei einer Darmspiegelung leicht  
durchführen.

Leider wird aber die Darmspiege-  
lung – besonders im Rahmen der  
Vorsorge – immer noch zu wenig  
in Anspruch genommen. Deswegen  
erkranken allein in Deutschland  
jährlich fast 70.000 Menschen an  
Darmkrebs. Etwa alle 20 Minuten  
stirbt in Deutschland ein Mensch  
an Darmkrebs – insgesamt  
26.000 Menschen pro Jahr.

Deswegen sollten besonders  
Personen, die ein erhöhtes Risiko  
haben, an Darmkrebs zu erkranken,  
in jedem Fall eine Darmspiegelung  
vornehmen lassen.

Das betrifft:

- **Blutsverwandte** von Angehörigen mit **Darmkrebs** oder **Darm-polypen**;
- **Personen** mit **Zustand nach Darmkrebs** oder **bereits ent-fernten Darmpolypen**;
- **Diabetiker**;
- **Übergewichtige**;
- **Frauen mit Brustkrebs, Gebärmutterkrebs und Eierstockkrebs**;
- **Raucher**;
- **Personen mit langjährig bestehenden entzündlichen Darmerkrankungen (Colitis ulcerosa und Morbus Crohn).**

Die Darmspiegelung ist heutzutage eine nicht weiter belastende Unter-suchung, und auch die Vorbereitung ist unproblematisch.

# ***Dickdarmentzündung*** ***(Colitis ulcerosa)***



## **Was ist eine Dickdarm-entzündung?**

## **Was macht eine Dickdarm-entzündung für Beschwerden?**

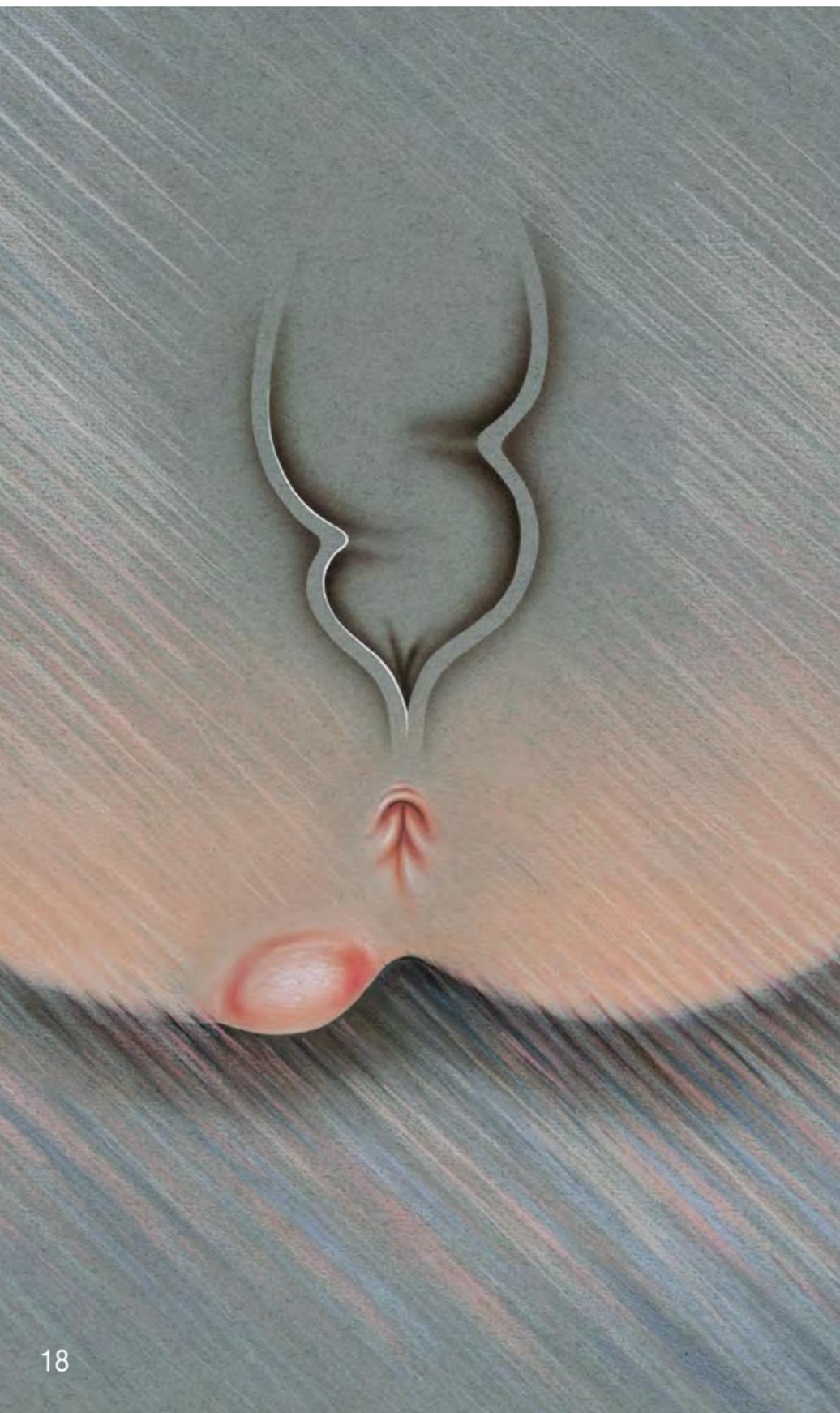
## **Wie behandelt man eine Dickdarm-entzündung?**

Die Schleimhaut im Enddarm und Dickdarm ist entzündet. Das braucht nur im Enddarm aufzutreten (Proktitis), kann aber auch den gesamten Dickdarm betreffen (Colitis ulcerosa). Die Ursache dieser Erkrankung ist nicht bekannt.

Am häufigsten treten Blutungen beim Stuhlgang auf; sie sind meist dunkel und mit Schleim vermischt. Der Patient leidet unter Durchfall, der 10–20-mal pro Tag auftreten kann. Eine Miterkrankung anderer Organe (z. B. der Haut, Augen, Gelenke, Leber) ist möglich.

Entzündungshemmende Medikamente unterschiedlichster Art und Form (Tabletten, Granulat, Zäpfchen, Einläufe, Rektalschäume) müssen je nach Ausmaß und Intensität der Erkrankung gezielt verabreicht werden. Um Ernährungsdefizite zu vermeiden, können diätetische Maßnahmen bei manchen Patienten hilfreich sein. Bei Komplikationen sind gelegentlich operative Eingriffe notwendig. Wenn die Erkrankung über Jahre andauert, besteht die Gefahr einer bösartigen Entwicklung (Darmkrebs). Aufgrund dieses erhöhten Risikos sollten regelmäßige Darmspiegelungen durchgeführt werden.

# *Periproktaler Abszess*



## **Was ist ein periproktaler Abszess?**

Es handelt sich um eine Eiteransammlung im Bereich des Afters. In der Nähe des Steißbeines spricht man von einem Steißbeinabszess.

## **Was macht ein periproktaler Abszess für Beschwerden?**

Im Vordergrund stehen von Tag zu Tag zunehmende, intensive Schmerzen; dazu können sich Fieber und ein allgemeines Krankheitsgefühl einstellen. Wenn der Abszess spontan aufbricht, lassen die Schmerzen schlagartig nach.

## **Wie behandelt man einen periproktalen Abszess?**

Der periproktale Abszess muss sobald wie möglich operativ eröffnet werden. Man darf nicht warten, bis er „reif“ ist. Das kann zu einer Zerstörung der Schließmuskeln führen. Deswegen darf man auch nicht versuchen, mit Zugsalben, Rotlicht o. ä. den operativen Eingriff zu verzögern. Abszesse sind häufig die Folge eines durchfallartigen Stuhlgangs; daher ist ein wohlgeformter Stuhl die beste Vorbeugung.

# *Analfissur*



## **Was ist eine Analfissur?**

Eine Analfissur ist ein länglicher Riss im Analkanal. Fast immer findet man sie in dem zum Steißbein hin gelegenen Sektor. Oft ist die Fissur Folge eines zu harten Stuhls. Aber auch ein ständig breiiger Stuhl kann eine Fissur hervorrufen.

## **Was macht eine Analfissur für Beschwerden?**

Typisch sind Schmerzen beim Stuhlgang, die anschließend noch stundenlang anhalten können. Gelegentlich findet man Blut auf dem Stuhl. Der After ist verkrampft, sodass der Stuhl nur bleistift dick ist.

## **Wie behandelt man eine Analfissur?**

Der After muss gedehnt werden, um die Verkrampfung zu lösen und die Abheilung zu ermöglichen. Mit einem kegelförmigen Analdehner und einem wohlgeformten Stuhl lässt sich das erreichen. Analtampons und spezielle Salben unterstützen die Abheilung. Chronische, nicht abheilende Fissuren sollte man operieren.

# *Proctalgia fugax*

## **Was ist eine Proctalgia fugax?**

Die Proctalgia fugax ist eine schmerzhafte Verkrampfung des Afters und Beckenbodens. Es ist nicht geklärt, warum es zu solchen Beschwerden kommt. Manchmal können Stresssituationen auslösend sein.

## **Was macht die Proctalgia fugax für Beschwerden?**

In unregelmäßigen Abständen von Wochen und Monaten kommt es wie aus heiterem Himmel zum Auftreten sehr starker, krampfartiger Schmerzen, die 10–20 Minuten anhalten können. Oft treten sie nachts auf.

## **Wie behandelt man die Proctalgia fugax?**

Ein Patentrezept gibt es nicht. In manchen Fällen helfen eine Wärmflasche, Gegendruck mit der Faust oder Sitzen auf dem Badewannenrand. Unter Umständen müssen schmerzlindernde Medikamente eingesetzt werden. Nitropräparate können die Krämpfe gelegentlich schlagartig beseitigen.

Beim Vorliegen von Hämorrhoiden kann deren Therapie zur Linderung der Symptome führen.

# *Steißbeinschmerz*

*(Coccygodynie)*

## **Was ist der Steißbeinschmerz?**

Beim Steißbeinschmerz liegt eine Überempfindlichkeit der Steißbeinregion vor. Die Ursache ist nicht geklärt. Verletzungen kommen infrage.

## **Was macht der Steißbeinschmerz für Beschwerden?**

Beim Sitzen – besonders auf weichen Stühlen oder Sesseln – treten zunehmende Schmerzen in der Steißbeinregion auf.

## **Wie behandelt man den Steißbeinschmerz?**

Massagen im Steißbeinbereich und der Lendenwirbelsäule können hilfreich sein. Der Arzt wird versuchen, mit einer Umspritzung der Steißbeinregion zu helfen. Wenn gar nichts mehr hilft und die Beschwerden unerträglich sind, muss man sich überlegen, die Steißbeinspitze operativ zu entfernen.

# *Kryptitis – Vergrößerte Analpapille*



## Was ist eine Kryptitis?

Im Analkanal gibt es eine reißverschlussartige Linie, die aus 10–15 schwalbennestartigen Taschen und jeweils benachbarten kleinen Papillen besteht. Wenn sich diese Taschen entzünden, spricht man von einer Kryptitis ☒. Die Ursache dafür ist sehr oft in einem zu weichen bis durchfallartigen Stuhl zu sehen, der sich in diesen Vertiefungen festsetzt. Dann kommt es gelegentlich auch zu einer knotigen Vergrößerung der benachbarten Papillen (hypertrophierte Analpapillen ☒). Diese können die Größe einer Kirsche erreichen und den Feinverschluss stören, bösartig werden sie aber nicht.

## Was macht eine Kryptitis für Beschwerden?

Häufig kommt es zu dumpfen Schmerzen, die sich erst 10–20 Minuten nach dem Stuhlgang einstellen. Sie können den ganzen Tag lang anhalten.

## Wie behandelt man eine Kryptitis?

Am wichtigsten ist es, für einen wohlgeformten Stuhl zu sorgen. Analtampons sollten über Nacht verabreicht werden. Wenn sich kein Behandlungserfolg einstellt, muss man die Krypten operativ spalten und vergrößerte Analpapillen mit entfernen.

# *Schließmuskelschwäche*

## **Was ist eine Schließmuskelschwäche?**

Der After wird durch den inneren und äußeren Schließmuskel verschlossen. Wenn die Muskeln diese Funktion nicht mehr erfüllen, liegt eine Schließmuskelschwäche vor. Die Ursachen dafür sind vielseitig:

Häufige Schwangerschaften, schwere Geburten, Alter, chronische Verstopfung, Operationsfolgen, entzündliche Aftererkrankungen u. a.

## **Was macht eine Schließmuskelschwäche für Beschwerden?**

In leichteren Fällen können Winde und weicher Stuhl nicht mehr unter Kontrolle gehalten werden. In schweren Fällen sind die Patienten auch für geformten Stuhl inkontinent. Das führt zu ständigem Nässen, Schmieren und stuhlverschmutzter Wäsche.

## **Wie behandelt man eine Schließmuskelschwäche?**

Wenn der Schließmuskel nicht vollkommen funktionsuntüchtig ist, helfen tägliche Muskelübungen, Beckenbodengymnastik und eine elektrische Muskelstimulationsbehandlung. In schweren Fällen wird man versuchen, durch eine operative Raffung der Schließmuskulatur und des Beckenbodens eine Besserung zu erzielen. Über die Stimulation der Steißbeinnerven lässt sich bei manchen Patienten die Kontinenz wiederherstellen.

# *Perianale Fistel*



## **Was ist eine perianale Fistel?**

Perianale Fisteln sind röhrenförmige Gänge zwischen dem unteren Enddarm oder Analkanal und der äußeren Haut rund um den After. Fisteln können einzeln oder zu mehreren beiderseits des Afters auftreten. Meist sind sie Folge eines periproktalen Abszesses.

## **Was macht eine perianale Fistel für Beschwerden?**

Perianale Fisteln verursachen die ständige Absonderung eines Wundsekretes. Dadurch ist die Umgebung des Afters immer feucht und manchmal etwas blutig-eitrig verschmiert.

## **Wie behandelt man eine perianale Fistel?**

Am besten ist es, sie operativ zu beseitigen. Bei ausgedehnten Fisteln kann das zu Lasten des Schließmuskels gehen. In solchen Fällen bietet sich eine langzeitige Faden-drainage an. Diese führt innerhalb von mehreren Monaten in etwa 60% zum Austrocknen und damit Abheilen der Fistel. Darüber hinaus kann durch direktes Einbringen von biologischem Material in den Fistelgang bei einem Teil der Patienten ein Fistelverschluss erreicht und dadurch ggf. eine Operation vermieden werden.

# *Analekzem*



## **Was ist ein Analekzem?**

Das Analekzem ist eine entzündliche Hauterkrankung rund um den After. Unterschiedlichste Ursachen kommen hierfür infrage:

Schließmuskelschwäche, vergrößerte Hämorrhoiden, perianale Fisteln, Analfissuren, ungenügende Analhygiene, trichterförmiger After, starke Behaarung, starkes Schwitzen, häufiger Stuhlgang.

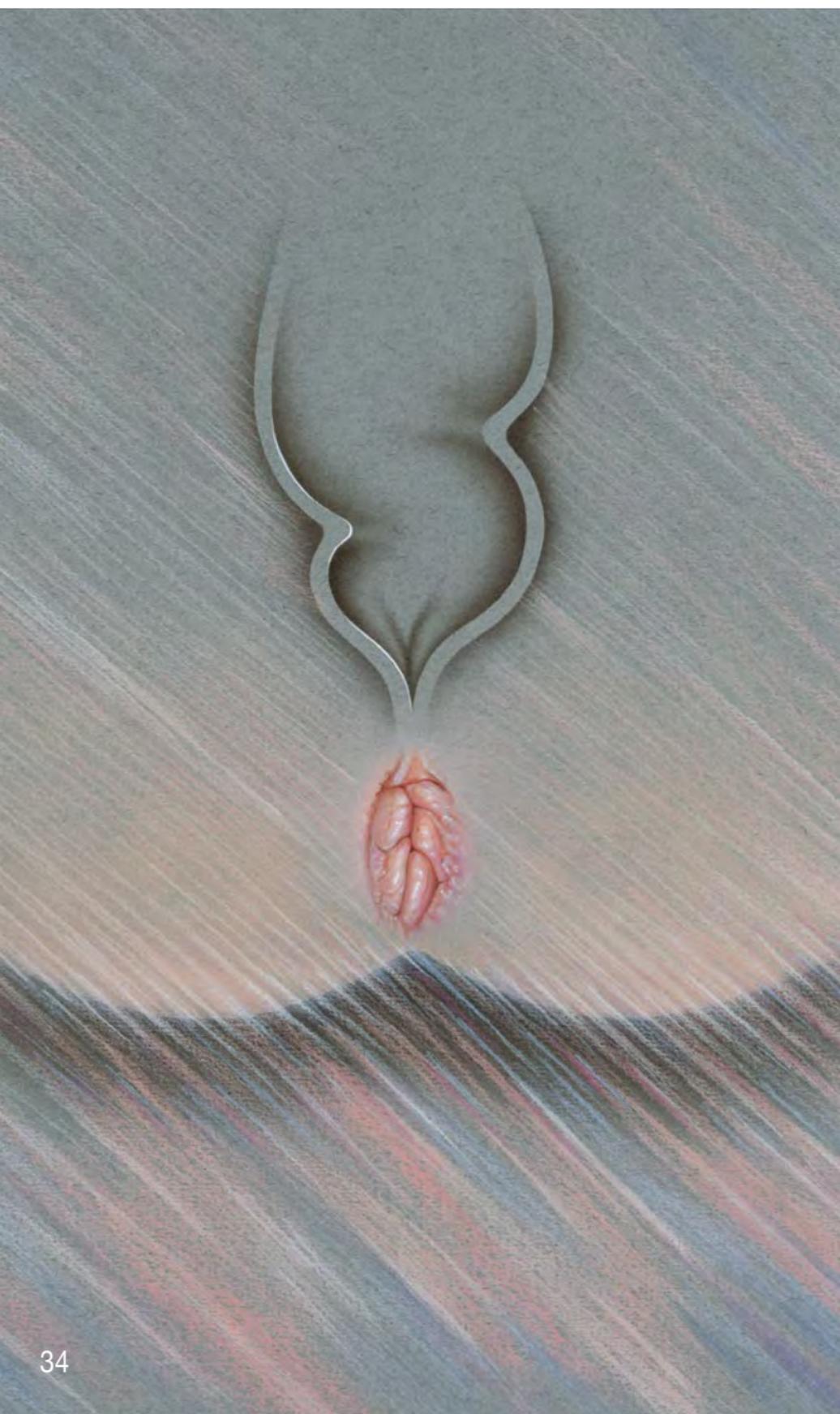
## **Was macht ein Analekzem für Beschwerden?**

Im Vordergrund steht ein unterschiedlich intensiver und andauernder Juckreiz. Für viele Betroffene ist das Jucken unangenehmer als die Schmerzen. Nachts macht es sich oft am stärksten bemerkbar. Gelegentlich kommen Brennen und Schmierblutungen hinzu.

## **Wie behandelt man ein Analekzem?**

Nach Möglichkeit gilt es, die auslösenden Ursachen zu beheben. Immer empfiehlt sich eine sorgfältige Analhygiene. Nach dem Stuhlgang sollte der After mit Wasser gereinigt werden. Kleine Wattevorlagen zwischen den Gesäßhälften schonen die Haut und lassen die Entzündung abklingen. Unterstützend wirken Salben, Pasten, Cremes, Sitzbäder und Farbstofflösungen.

# *Marisken*



## **Was sind Marisken?**

Marisken sind harmlose, knotige, direkt am Analrand gelegene Hautfalten. Sie können einzeln, aber auch zu mehreren rund um den After auftreten. Manche sind nur erbsengroß, andere erreichen Kastaniengröße. Meist treten sie ganz unbemerkt im Laufe der Jahre auf.

## **Was machen Marisken für Beschwerden?**

Marisken machen keine Beschwerden. Allenfalls erschweren sie die Reinigung des Afters nach dem Stuhlgang. Das kann zu entzündlichen Reaktionen mit Jucken, Brennen und Nässen führen.

## **Wie behandelt man Marisken?**

Am wichtigsten ist es, für eine gründliche Analhygiene zu sorgen. Das betrifft am meisten die Reinigung des Afters nach dem Stuhlgang. Man sollte das mit Wasser vornehmen. Nur in Ausnahmefällen muss man die Marisken operativ entfernen.

# *Feigwarzen* (*Condylomata acuminata*)



## **Was sind Feigwarzen?**

Feigwarzen sind kleinknotige Geschwülste, die meist im Genitalbereich auftreten. Sie werden durch Viren hervorgerufen und sehr häufig beim Geschlechtsverkehr übertragen.

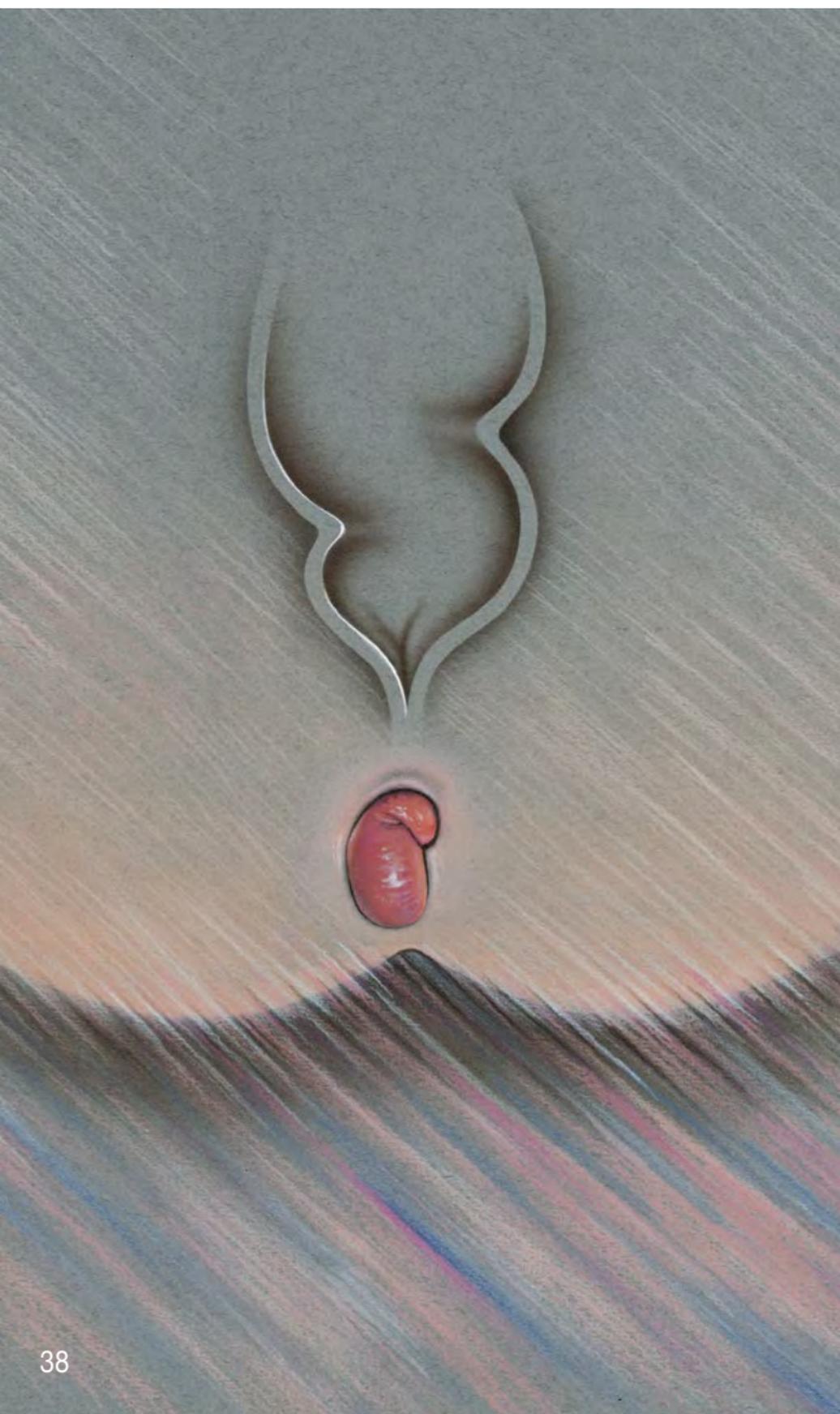
## **Was machen Feigwarzen für Beschwerden?**

Feigwarzen führen leicht zu einem Jucken, Brennen und manchmal zu einem schmierigen Nässen. Wenn sie im Analkanal vorliegen, verursachen sie beim Stuhlgang Schmerzen; nur selten kommen Blutungen vor.

## **Wie behandelt man Feigwarzen?**

Feigwarzen müssen vom Arzt beseitigt werden. Das kann bei kleineren Feigwarzen durch Betupfen mit einer bestimmten Lösung geschehen. Größere müssen operativ entfernt werden. Andernfalls können sie sich enorm vergrößern und manchmal bösartig werden. Der Geschlechtspartner sollte sich untersuchen lassen.

# *Analrandthrombosen*



## **Was sind Analrandthrombosen?**

Analrandthrombosen sind Blutgerinnsel in den Venen des äußeren Analrandes. Das führt zu Knoten, die die Größe einer Erbse oder sogar die einer Kastanie erreichen können. Die unmittelbare Umgebung ist oft entzündlich geschwollen. Analrandthrombosen können bei hartem Stuhl oder Durchfall, kaltem Sitzen, während der Menstruation und anderen Umständen auftreten.

## **Was machen Analrandthrombosen für Beschwerden?**

Analrandthrombosen treten spontan innerhalb von 1–2 Stunden auf. Bei größeren Thrombosen führt das meistens zu starken Schmerzen, die tagelang anhalten können. Manchmal kommt es zu Blutungen.

## **Wie behandelt man Analrandthrombosen?**

Bei starken Schmerzen sollte man operativ vorgehen. Sonst empfehlen sich Salben, Eiswürfel und Sitzbäder. Die Thrombosen bilden sich dann in den nächsten Tagen und Wochen fast immer vollständig zurück. Eine ernsthafte Gefahr, wie z. B. die einer Beinvenenthrombose, stellen sie nicht dar.

# *Darmvorfall* *(Rektumprolaps)*



## **Was ist ein Darmvorfall?**

Wenn der Enddarm durch den Beckenboden nicht mehr genügend fixiert wird, kann er beim Stuhlgang oder bei körperlicher Arbeit durch den After herausfallen. Das führt zu faustgroßen Knotenbildungen. Ursachen dafür sind Bindegewebschwäche, schwacher Schließmuskel, häufige Schwangerschaften, chronische Verstopfung, Zustand nach Afteroperationen u. a.

## **Was macht der Darmvorfall für Beschwerden?**

Beim Darmvorfall kommt es zu einem Nässen, Schmieren und selten zu Blutungen. Im Allgemeinen kann der Stuhl auch nicht mehr unter Kontrolle gehalten werden. Es ist nicht schwer, den Darm wieder zurückzudrücken.

## **Wie behandelt man den Darmvorfall?**

In leichteren Fällen lässt sich durch Schließmuskelübungen, Beckenbodengymnastik und elektrische Muskelstimulation eine Besserung erreichen. Wenn das nicht gelingt, können nur noch operative Eingriffe die missliche Situation beheben.

# ***Reizdarm*** ***(Colon irritabile)***

## **Was ist ein Reizdarm?**

Der Darm ist bei dieser Erkrankung organisch gesund, aber in seiner Funktion gestört. Er arbeitet nicht so, wie es sein sollte. Die Ursachen dafür kennt man nicht. U. a. können psychische Konfliktsituationen auslösend für das Auftreten der Beschwerden sein. Möglicherweise ist bei diesen Patienten die Schmerzsensibilität erhöht.

## **Was macht der Reizdarm für Beschwerden?**

Die Beschwerden sind wechselhaft. Häufig kommt es zu unregelmäßigem Stuhl, der sowohl durchfallartig als auch verstopft sein kann. Fast immer quälen lästige Blähungen, Völlegefühl, Rumoren und Bauchkneifen. Die Lebensqualität kann erheblich beeinträchtigt sein.

## **Wie behandelt man den Reizdarm?**

Eine ballaststoffreiche Kost (Obst, Gemüse, Körnerprodukte und Quellsubstanzen wie Mucofalk®) sind bei Patienten vom Verstopfungstyp empfehlenswert. Kohlsorten können die Blähneigung verstärken. Bestimmte Medikamente sind hilfreich. Sehr dankbar kann sich eine Darmsanierung auf die Beschwerden auswirken, z. B. in Form einer Colon-Hydro-Therapie mit Symbioselenkung (d. h. durch eine Darmspülung mit warmem und kaltem Wasser sowie gleichzeitigem Aufbau der Darmflora). Außerdem helfen das Vermeiden von Stress-Situationen und ein Entspannungstraining.

# *Divertikelkrankheit*



## **Was sind Divertikel?**

Divertikel sind erbsen- bis kirschen- große Darmwandausstülpungen. Sie treten vorwiegend links im Dickdarm auf. Wenn sie sich entzündlich verändern, verursachen sie Beschwerden. Man spricht dann von einer Divertikelkrankheit. Die Ursachen für das Auftreten der Divertikel sind Bindegewebschwäche, chronische Verstopfung, Übergewicht, Alter. Es ist nicht geklärt, unter welchen Umständen sich die Divertikel entzünden.

## **Was machen Divertikel für Beschwerden?**

Häufig wechselt der Stuhl in seiner Konsistenz und Frequenz. Mit Schleimabgängen, Blutungen und erhöhten Temperaturen ist bei entzündeten Divertikeln zu rechnen. Linksseitige Bauchschmerzen, die mit dem Stuhlgang nachlassen, sind dann häufig. Darmverengungen und Darmwanddurchbrüche können sich einstellen.

## **Wie behandelt man Divertikel?**

Bei nicht entzündeten Divertikeln und zur Vorbeugung empfiehlt sich eine ballast- und quellstoffreiche Kost. Entzündete Divertikel werden antibiotisch oder mit entzündungshemmenden Medikamenten behandelt. Bei Komplikationen (Durchbruch, Verengung) müssen die erkrankten Darmabschnitte operativ entfernt werden.

# *Morbus Crohn*



## **Was ist der Morbus Crohn?**

Beim Morbus Crohn treten entzündliche Prozesse vorwiegend im Darm, aber auch in anderen Organen auf. In erster Linie sind davon die untersten Abschnitte des Dünndarms betroffen. Wenn die Erkrankung auf den Dickdarm und Enddarm übergreift, können sich schwer abheilende Fisteln und immer wieder auftretende Abszesse im Analbereich einstellen.

## **Was macht der Morbus Crohn für Beschwerden?**

Meist kommt es zu durchfallartigem Stuhlgang, der 10–20-mal pro Tag auftreten kann. Allgemeine Leistungsschwäche, Gewichtsverlust und bei Jugendlichen eine verzögerte körperliche Entwicklung finden sich häufig.

## **Wie behandelt man den Morbus Crohn?**

Im Vordergrund steht eine medikamentöse Behandlung. Oft lässt sich auf Cortison-Präparate nicht verzichten. Operativen Eingriffen steht man eher zurückhaltend gegenüber. Eine Abheilung der Erkrankung ist dadurch nicht zu erwarten.

# *Die Bedeutung eines wohlgeformten Stuhls*

Aus dem Dünndarm gelangt unsere weitgehend verdaute Nahrung in den Dickdarm. Dort werden Wasser und Mineralien entzogen, sodass ein wohlgeformter Stuhl entsteht und der Stuhlgang problemlos vonstatten gehen kann.

Störungen und Beschwerden sind dann zu erwarten, wenn der Stuhl **zu gering an Volumen** ist, wenn er **zu hart** wird oder wenn es zu **durchfallartigem** Stuhl kommt.

**Geringe Stuhlmengen** sind vom Darm nur schwer zu transportieren. Verstopfungen mit Blähbauch und Völlegefühl sowie eine übermäßige Belastung der Darmwand mit daraus entstehenden Divertikeln können die Folge sein.

Wenn der Stuhl **zu fest** oder **schafskotartig** ist, kommt es zu Verletzungen und Schmerzen. Auch ist der Stuhlgang dann meist mit starkem Pressen verbunden. Das führt zu einer Beckenbodensenkung, Überdehnung der Schließmuskulatur mit Schließmuskelschwäche, Vorfall der Hämorrhoiden und später auch des Darms.

Ein **zu breiiger** bis **durchfallartiger** Stuhl dehnt und beansprucht den Schließmuskel nur ungenügend. Der Analkanal wird starrwandig und verliert seine Fähigkeit, den Feinverschluss zu gewährleisten. Damit stellen sich ein anhaltendes Nässen, Schmieren und ständig verschmutzte Wäsche ein.

Daher sollte sowohl im Interesse des Darms als auch des Afters und der Hämorrhoiden auf einen **wohlgeformten Stuhl** geachtet werden. Das erreicht man am besten über eine ausgewogene Ernährung. Quellsubstanzen, wie z. B. Mucofalk®, helfen insbesondere bei Verstopfung, aber auch durchfallartigen Stuhl in seiner Konsistenz zu verbessern.



DR. FALK PHARMA GmbH



Leinenweberstr. 5  
79108 Freiburg  
Germany

M83 27-2/2021 HOF