

### Wat zijn aambeien?

In de dikke darm net boven de anus bevinden zich zwellichamen die een belangrijke rol spelen bij het afsluiten van de anus. Als deze zwellichamen teveel opzwellen kunnen zij uitzakken, men spreekt dan van aambeien. Deze aambeien kunnen in de anus zitten ( de inwendige aambeien) maar ook naar buiten puilen ( uitwendige aambeien). Uitwendige aambeien herken je als zacht, pijnlijk bultje of uitstulping aan de buitenkant van de anus. Aambeien zijn onschuldig maar kunnen ook veel klachten geven in de dagelijkse praktijk.

### Wat zijn de klachten?

Aambeien kunnen een branderig gevoel geven, pijn en jeuk aan de anus veroorzaken. Ook kan er sprake zijn van bloedverlies bij de stoelgang of bij het afvegen.

### Wat zijn de oorzaken?

- Persen: als je gaat persen omdat de ontlasting te hard is komt er teveel druk op de aders boven de anus.
- Ophouden van de ontlasting: als je de ontlasting ophoudt, hoop dit op in de endeldarm. De druk in de aders boven de anus neemt daardoor toe. Het is dus goed om naar het toilet te gaan als je aandrang hebt en het niet uit te stellen.
- Chronisch hoesten: tijdens het hoesten komt er veel druk op de bloedvaten te staan en neemt ook de druk in de aders boven de anus toe.
- Langdurig staan en zitten: als je lang staat zonder te lopen of veel zit, is er een constante hoge druk op de anus.
- Zwangerschap en bevalling: als je zwanger bent of bevalt, neemt de druk in de bloedvaten toe. Vrouwen hebben hierdoor een verhoogde kans op aambeien.
- Stress: stress kan voor spijsverteringsproblemen en overbelasting zorgen. Daardoor kunnen aambeien ontstaan.

### Vorbereiding

Ongeveer een week voor het onderzoek wordt u gebeld door een verpleegkundige van de Kroonkliniek in verband met gebruik van eventuele medicijnen met effect op bloedstolling.

### Behandeling

Er zijn verschillende crèmes en zetpillen te koop bij de drogist. Deze bevatten vaak lidocaïne en zink. Lidocaïne werkt verdovend en zink kan mogelijk de aambeien iets verschrompelen. Als u herhaaldelijk of langdurig last heeft van aambeien dan kan het nodig zijn om met deze met een behandeling weg te halen.

Er zijn verschillende manieren om de inwendige aambeien weg te halen. Dit kan door middel van het afbinden van de aambeien met een elastiekje, dit wordt een rubberbandligatie genoemd. Dit zorgt ervoor dat de aambeien afsterven en na ongeveer een week vallen ze eraf.



Binnen Kroon Kliniek gebruiken we vooral de rubberbandligatie methode. Alle behandelingen zijn poliklinisch, wat wil zeggen dat u na de ingreep weer naar huis mag.

De arts zal met een proctoscoop, een kort buisje, de anus inwendig inspecteren. Daarna kan hij kiezen voor het afbinden van de aambeï met een elastiekje. Hierdoor trekken de bloedvaatjes samen en verschrompelen de aambeien.

De behandeling kan wat gevoelig zijn, maar zelden pijnlijk. Na de behandeling kunt u nog 1 a 2 dagen wat last hebben van een lichte pijn, die te bestrijden is met paracetamol. U kunt tot 2 weken na de behandeling nog iets bloed verliezen. Gebruik ter bescherming een inlegkruisje of ander beschermend materiaal.

### Nazorg

#### **Wat mag ik wel en niet na de behandeling?**

Na de behandeling moet u er zorg voor dragen dat uw ontlasting soepel is. Persen geeft een negatief effect op de behandeling. Om deze reden adviseren wij u minimaal 2,5 liter vocht te nemen. Verder zijn er geen beperkingen in uw dagelijks functioneren.

Om in de toekomst aambeien te voorkomen is het raadzaam de volgende leefregels in acht te nemen:

- Vezelrijk eten ( bruin brood, veel groente, 2 of 3 vruchten per dag)
- Voldoende te drinken minimaal 2,5 liter per dag. Drink niet teveel koffie, thee, koolzuurhoudende dranken. Deze prikkelen de darmen en daarvan kunnen uw klachten verergeren
- Voldoende te bewegen
- Naar het toilet gaan bij aandrang, zo min mogelijk ophouden van de ontlasting
- Gebruik eventueel naast het vezelrijk eten eventueel ook Psyllium vezels.
- Ook kan de arts een bulkvormer voorschrijven zoals movicolon od macrogol.

#### **Moet ik na de behandeling nog voor controle komen?**

Het kan zijn dat de behandeling een paar keer herhaald moet worden, in dat geval wordt een vervolgspraak gemaakt.

Als u na de behandeling langer dan 2 dagen bloed verliest of pijn blijft houden die met paracetamol niet te stillen is, dan kunt u contact opnemen met de Kroon Kliniek, telefoon 088-5380320.