

## PATIENTVEJLEDNING

---

### Hvad er hæmorider?

- Hæmorider er en meget almindelig og godartet sygdom – ca. en tredjedel af befolkningen har hæmorider
- Hæmorider er udposninger af blodårer i den nederste del af endetarmen
- Hæmorider kan især give blødning og smerte ved endetarmen
- Hæmorider er ofte en kronisk tilstand med tilbagevendende symptomer

### Hvad er årsagen til hæmorider?

Årsagen til hæmorider er oftest ukendt, men der er faktorer, der disponerer for udvikling af hæmorider fx forstoppelse, kraftig pres ved afføring, graviditet og langvarigt stående og tungt kropsarbejde.

### Hvad er symptomerne på hæmorider?

De typiske symptomer på hæmorider er blødning, smerte og synlig udposning i endetarmsåbningen.

Blødning fra hæmorider kommer ofte i forbindelse med afføring – enten som dryppende blod, eller blod som sprøjter ned i toiletkummen.

Man kan have smerter fra hæmoriderne og evt. kløe, irritation og hygiejneproblemer i området.

Hæmorider kan bestå af synlige og følbare udposninger/"buler" i og ved endetarmen. Andre gange drejer det sig om indvendige hæmorider, som man ikke kan mærke.

Symptomerne ved hæmorider kommer og går, men tilstanden er kronisk.

Selvom du får det bedre og har mindre besvær i lange perioder, kan hæmoriderne hurtigt dukke op igen efter en episode med øget tryk og pres mod endetarmsåbningen.

Nogle vil med tiden opleve, at slimhinden i endetarmsåbning "krænger" sig ud (endetarmsfremfald) f.eks. i forbindelse med toiletbesøg.

Hos nogle patienter er denne tilstand så generende, at operation kan komme på tale.

### Behandling af hæmorider

Der er flere ting, du selv kan gøre for at undgå problemer med hæmorider:

- Undgå forstoppelse og langvarigt pres for at få afføring ud. Sid ikke på toilettet og læs avis eller ugeblade.
- Drik rigeligt med væske ca. 2-2½ liter i døgnet.
- Spis fiberrig kost – suppler evt. med et dagligt fibertilskud (HUSK som er et frøskalsprodukt).
- Undgå tunge løft og langvarig stående stilling.
- Motion er vigtig.
- Hvis en større del af endetarmen krænger sig ud efter tømning af afføring, bør du proppe denne udposning på plads så hurtigt som muligt. Dette kan du gøre, mens du sidder på toilettet, eller ligger på siden med bøjede knæ og hofter. Man kan bruge toiletpapir, handske eller kompres med rigelig vaseline.

Behandlingen af hæmorider afhænger af dine gener, og hvad lægen finder ved undersøgelse af din endetarm. Hensigten med behandlingen er at lindre generne og symptomerne.

## Lokalbehandling

I visse tilfælde kan lokalbehandling med en salve anvendes – salven får blodårerne til at trække sig sammen, dæmper eventuel betændelse, lindrer ubehaget og mindsker kløe.

En ydre hæmoride kan vise sig som en smertefuld, blodfyldt og fast bule ved endetarmsåbningen (thromboseret hæmoride). Behandlingen kan i akutte tilfælde være, at lægen laver et snit i bulen så blodet kan tømmes ud. I andre tilfælde kan kolde omslag og hvile være behandlingen.

## Gummielastikmetoden (McGivney-metoden)

Du må ikke tage blodfortyndende medicin op til behandlingen (Fx Hjertemagnyl, Marevan, Pradaxa eller fiskeolie). Tal med speciallægen herom inden.

Den mest effektive og mindst generende kirurgiske metode til fjernelse af mellemstore hæmorider er at placere en lille gummielastik omkring "halsen" på hæmoriden. Det vil stoppe blodforsyningen til hæmoriden, og den vil visne og falde af ca. 8-10 dage efter behandlingen. Der kan på dette tidspunkt komme lidt frisk blødning fra stedet.

Indgrebet udføres ambulant og uden bedøvelse. Op til tre hæmorider kan behandles per gang. Indgrebet kan gentages med nogle få ugers mellemrum. Behandlingen er vellykket hos 80 %.

## Efter behandlingen

Der er ingen særlige forholdsregler bagefter. Man kan spise, drikke og gå på toilettet som normalt. Oftest vil der efter behandlingen være en trykkende fornemmelse i endetarmsåbningen, lidt øget afføringstrang og nogle kvinder oplever det, som lette menstruationslignende smerter.

Generne forsvinder normalt inden for et døgn. Mod smerter kan tages paracetamol (fx Pamol, Pinex, Panodil) og ibuprofen (Ibumetin, Brufen).

## Eventuelle komplikationer

Blødning kan forekomme, dels i forbindelse med selve behandlingen, men også i forbindelse med afstødningen af elastikken. I enkelte tilfælde kan der optræde lettere blødning flere uger efter endt behandling.

I meget sjældne tilfælde optræder der kraftige smerter eller blødning - I sådanne tilfælde bør klinikken eller skadestuen kontaktes.

I meget sjældne tilfælde kan der optræde feber efter behandlingen – I sådanne tilfælde skal du henvende dig til klinikken eller skadestuen.