

„Hämorrhoidalleiden – zu schmerzhaft um ignoriert zu werden“

Expertenchat vom 27. Mai 2008 mit Dr. Bernhard H. Lenhard, qualifiziertes Mitglied des Berufsverbandes der Coloproktologen Deutschlands

Über Hämorrhoiden spricht man nicht. Selbst Sexualkrankheiten wie Syphilis oder Tripper scheinen häufiger besprochen zu werden und weniger schambesetzt zu sein. Alles, was mit dem After oder dem Anus zu tun hat, gilt immer noch als Tabuthema. Deshalb werden auch wenig andere Krankheiten so spät, in Eigenregie oder gar nicht behandelt. So können die Einschränkungen und Beschwerden, die mit Hämorrhoiden einher gehen, viel gravierender werden, als sie bei einer frühzeitigen und fachkundigen Behandlung sein müssten.

Ursachen und Prävention von Hämorrhoidalleiden

Auch in dem Chat zeigte sich deutlich, dass Hämorrhoiden ein Tabuthema sind, zu dem noch viel Aufklärungsarbeit geleistet werden muss. So gab es zu den potentiellen Ursachen von Hämorrhoiden viel Unsicherheit und dementsprechend viele Nachfragen. Ein Chatteilnehmer vermutete einen Zusammenhang zwischen Alkoholkonsum und der Entwicklung von Hämorrhoiden. Einen direkten Zusammenhang verneinte Dr. Lenhard, allerdings mochte er nicht ausschließen, dass über die Stuhlbeschaffenheit (z.B. Durchfall) nach Alkoholgenuß eventuell ein indirekter Zusammenhang bestehen könne. Die Frage, ob eine Neurodermitis sich ungünstig auf das Abklingen eines Hämorrhoidalleidens auswirken könne, verneinte der Experte ebenso wie die Frage nach einem Zusammenhang zwischen Analverkehr und Hämorrhoiden. Einen tatsächlichen und direkten Zusammenhang könne man hingegen zwischen schwerem Hanteltraining und der Entstehung von Hämorrhoiden feststellen, da das schwere Training den Beckenboden belastet und so die Hämorrhoidalentwicklung begünstige. Die vielbeschriebene genetische Disposition für die Entwicklung eines Hämorrhoidalleidens wird nach Aussage unseres Experten heute nicht mehr in der vordersten Linie der möglichen Ursache gesehen, was dafür spricht, dass man auf Verhaltensebene mehr Einflussmöglichkeiten hat, als noch in der Vergangenheit angenommen. So widersprach der Experte auch der von einem Chatteilnehmer dargestellten Meinung eines Arztes, dass Hämorrhoiden immer wieder kämen, auch wenn man sie wegoperiere. Dr. Lenhard sagte statt dessen, dass sie, wenn die Ursachen, z.B. inadäquates

Stuhlentleungsverhalten, vermieden werden, sehr wohl dauerhaft fern bleiben könnten. Ebenso seien richtige Ernährung und viel Bewegung entscheidende Faktoren zur Prophylaxe neuerlicher Erkrankungen, da darüber die Verdauung gefördert würde und so Verstopfung oder Durchfall vermieden werden könne. Inadäquates Verhalten beim Stuhlentleeren präzisierter der Experte folgendermaßen: Pressen beim Stuhlgang und "lange Sitzungen" mit Zeitungslektüre sollten vermieden werden.

Die grundlegende Frage eines Users, weshalb überhaupt Hämorrhoiden entstehen, beantwortete Dr. Lenhard mit dem Verweis auf die Belastung des Beckenbodens. Diese wiederum könne vielfältig ausgelöst werden (Schwangerschaft, Entbindung, Obstipation, Heben schwerer Lasten etc.) Hartnäckig und oft wird vermutet, dass man sich nicht auf etwas Kaltes setzen solle, da das auch zu Hämorrhoiden führen könne. Diese Überzeugung ist aber eine falsche, konnte der Experte aufklären: "kaltes Sitzen" erhöhe die Durchblutung im Analbereich und könne eventuell zu Analvenenthrombosen führen, aber niemals zu Hämorrhoiden. Ebenso gängig ist die Vermutung, es gäbe einen Zusammenhang zwischen exzessivem Radfahren und Hämorrhoiden aufgrund der Härte des Fahrradsattels. Und ebenso wie beim kalten Sitzen verbannte Dr. Lenhard auch diese Spekulation als inkorrekt ins Reich der Mythen.

Ob es auch eine "psychosomatische" Lesart von Hämorrhoiden gibt, fragte ein anderer Chatteilnehmer. Ähnlich wie bei der Frage zum Zusammenhang mit Alkoholkonsum sah Dr. Lenhard hier maximal einen indirekten Zusammenhang über Verdauungsstörungen. Darüber hinaus sei ihm keine Verbindung bekannt. Der Chatteilnehmer hakte nach und erläuterte, dass er zeitgleich zu einer Depression auch ein Hämorrhoidalleiden entwickelt habe und jetzt nicht genau wisse, ob da ein Zusammenhang bestehe. Mit diesen weitergehenden Informationen sah der Experte Verstopfungsbeschwerden aufgrund der Erkrankung selbst oder der damit verbundenen Medikamenteneinnahme als einen möglichen verursachenden Faktor an.

Behandlung und Stadien der Erkrankung

Fragen zu der Behandlung von Hämorrhoiden begannen mit dem Thema Scham, beziehungsweise mit der Frage nach der Möglichkeit, diese Scham zu überwinden um sich professionelle Hilfe gegen Hämorrhoidalbeschwerden und -probleme zu suchen. Dass dies ein schwieriges Thema sei, gab der Experte bereitwillig zu, oft sei es erst die nicht mehr zu tolerierende Beschwerdesituation, die irgendwann, manchmal erst nach Jahren, den Gang zum Arzt erleichtere.

Bezüglich der Stadien der Erkrankung gab es zunächst die Frage, ab wann denn Hämorrhoiden überhaupt als Krankheit gelten. Dr. Lenhard erklärte: Jeder Mensch hat von

Geburt an Hämorrhoidalpolster. Diese gehören zum analen Verschlussapparat. Erst deren krankhafte Vergrößerung nennt man dann Hämorrhoiden. Auf die Frage, was für Methoden es gäbe, Hämorrhoiden, die ca 2-3 Monate alt sind, zu behandeln, entgegnete der Experte, dass Hämorrhoiden niemals 2-3 Monate alt sein könnten, da deren Entwicklung über Jahre hinweg erfolgt. Bei Beschwerden mit einer dermaßen kurzen Entwicklungszeit vermute er eher Analvenenthrombosen.

Die vier Stadien der Erkrankung wurden ja bereits in dem Einführungsartikel zu dem Expertenchat vorgestellt, im Chat selbst ging es darauf aufbauend um die Frage, ab welchem Stadium denn eine Operation unvermeidbar sei. Dies ist in der Regel ab Stadium drei der Fall. Operation sei aber nicht gleich Operation, mittlerweile gebe es eine Auswahl an verschiedenen Vorgehensweisen, aus denen man, je nach Art der Erkrankung, die geeignete aussuchen könne.

In frühen Stadien greifen Patienten in Eigenmedikation gerne zu Salben zur Behandlung, da so der schambesetzte Gang zum Arzt vermieden werden kann. Dr. Lenhard stellte jedoch klar, dass Salben niemals gegen Hämorrhoiden helfen könnten, sondern allenfalls gegen Folgeschmerzen. Die Frage, wie man Hämorrhoiden, sofern sie nicht entzündet seien, am schnellsten weg bekäme, mochte der Experte so pauschal nicht beantworten, da die Antwort in Abhängigkeit von dem Stadium der Erkrankung unterschiedlich ausfalle.

Als Vorgehen der Wahl bei Hämorrhoiden im Stadium vier nannte der Experte eine Operation, die die Hämorrhoiden entfernt und den Afterkanal rekonstruiert. Als die derzeit fortschrittlichste Operationsmethoden betrachtet Dr. Lenhard die Stapler-Hämorrhoidektomie nach Longo. Bei dieser würde die gesamte Hämorrhoidalzone zirkulär herausgeschnitten und die beiden Dickdarmenden wieder miteinander verbunden. Er gab jedoch zu bedenken, dass diese nicht für alle Erkrankungsfälle geeignet sei. Dieses Verfahren sollte nur angewendet werden, wenn der Afterkanal nicht ebenfalls dauerhaft nach außen verlagert ist, denn dann zeigten sich oft schlechte Ergebnisse. Bei dem beispielhaft besprochenen Fall eines seit ca. einem Jahr vorliegenden Hämorrhoidalleidens mit ca. fingerkuppengrossen Hämorrhoiden hielt der Experte eine ambulante Operation noch für möglich, eine Operation nach der Methode der Gummiringligaturen würde sich anbieten.

Die Frage, ob eine Operation besser in einer Spezialklinik als in einem "normalen" Krankenhaus durchzuführen sei, bejahte Dr. Lenhard, er empfahl dringend, eine Klinik aufzusuchen, die für diese Thematik als kompetent gilt.

Folgeerkrankungen und Comorbidität

Das Tabu rund um da Thema After und Analbereich betrifft nicht nur Hämorrhoiden sondern eben auch andere Erkrankungen, die in diesem Bereich für Beschwerden sorgen können.

Zudem ist es so, dass Hämorrhoiden, die lange nicht behandelt werden, oft zu Folgeerkrankungen führen. So ist zum Beispiel ein Analekzem eine typische Folgekrankheit eines Hämorrhoidalleidens. Ein Teilnehmer fragte, ob eine Analvenenthrombose ambulant zu behandeln sei. Dr. Lenhard bejahte, dass dies ambulant in Lokalanästhesie geschehen könne. Ein anderer Gast berichtete, dass er vor sechs Jahren die Hämorrhoiden ambulant, nach einer neuen Methode, operieren ließ. Jetzt habe er aber einen internen Rektumprolaps, und es stelle sich ihm die Frage, ob er sich operieren lassen solle. Der Experte erwiderte, dass aus seiner Sicht durch einen Besuch beim Spezialisten abzuklären sei, ob nicht eine mehrmalige Behandlung mittels Gummiringligatur geeigneter ist. Die Frage, ob Analhautfalten auch bluten könnten, beantwortete der Experte eher skeptisch, dies sei doch eher selten. Bei Blutungen gelte es immer, eine genaue Diagnose durch den Spezialisten erstellen zu lassen, da diese auch auf sehr gefährliche Krankheiten hinweisen könnten.

Der Bitte eines Besuchers, für einen Laien verständlich den Unterschied zwischen Analvenenthrombosen und Hämorrhoiden darzustellen, kam Dr. Lenhard nach indem er differenzierte: Hämorrhoiden sind grundsätzlich schmerzlose, vergrößerte Gefäßpolster am Übergang vom Afterkanal zum Mastdarm. Analvenenthrombosen sind hingegen hochschmerzhafteste Knotenbildungen im Bereich der Haut, die akut entstehen. Ob man neben Hämorrhoiden auch Marissen, also Analhautfalten, wegoperieren lassen könne, ob man das auch bei Schmerzfreiheit tun solle und ob das von den Krankenkassen bezahlt würde, wollte eine Userin wissen. Marissen seien harmlos und bedürfen keiner Therapie wenn sie keine anderen Krankheitsbilder begünstigen (z.B. Analekzem), erläuterte Dr. Lenhard. Sollten sie jedoch eine andere Krankheit begünstigen, dann zahle die Krankenkasse auch die Entfernung, die ambulant in Lokalanästhesie erfolgt. Ein Chatteilnehmer berichtete, dass er vor einigen Jahren eine Darmspiegelung hatte und damals Fissuren festgestellt wurden. Das habe sich mittlerweile verändert und er habe nun ein Fremdkörpergefühl, Blähungen und sehr häufig Stuhlgang oder Flüssigkeitsabgang. Ob das Hämorrhoiden seien, wollte er wissen. Für Dr. Lenhard klang das eher nach entzündlichen Veränderungen im Dickdarmbereich und nicht nach Hämorrhoiden. Er riet unbedingt zu einer Klärung durch Konsultation eines Spezialisten vor Ort.

Zum Schluss des Chats fasste Dr. Lenhard Basiswissen zum Thema Hämorrhoiden in wenigen Sätzen zusammen: Hämorrhoidalpolster gehören zum analen Verschlussorgan. Deren Vergrößerung nennt man Hämorrhoiden. Die Stadien der Krankheit geben die Therapie vor. Hämorrhoiden können nie bösartig werden. Er wies explizit auf die Gefahr hin, dass gelegentlich bösartige Neubildungen mit Hämorrhoiden verwechselt würden, was außerordentlich unangenehme Folgen haben könne.