

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 84 (2006)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Das verschwiegene Volksleiden  
**Autor:** Stettler, Susanne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724622>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



BILDER: PRISMA, ZVG

**Diskretion am stillen Örtchen:** Hämorrhoiden sind ein Thema, über das man viel zu wenig spricht.

# Das verschwiegene Volksleiden

*Kaum jemand spricht darüber, doch rund die Hälfte der Menschen hat sie. Hämorrhoiden sind eines der bestgehüteten Krankheitsgeheimnisse. Doch das Thema darf kein Tabu sein.*

**VON SUSANNE STETTLER**

Of t beginnt es mit einem Juckreiz in der Analgegend und ein paar Tröpfchen frischen Blutes auf dem Toilettentypier. Auch das Gefühl, einen Fremdkörper im Enddarm zu haben, kennen viele Patientinnen und Patienten. Richtig unangenehm wird es aber, wenn

das Leiden fortschreitet und die Schmerzen einsetzen. Und im Extremfall können Hämorrhoiden sogar Komplikationen verursachen, die zum Tod führen.

Doch der Reihe nach. Zuerst einmal gilt es festzuhalten, dass Hämorrhoiden eine behandelbare Erkrankung sind. Dr. med. Andreas Müller vom Gastrozentrum Hirslanden in Zürich: «Die Chan-

cen für eine erfolgreiche Therapie stehen bei fast hundert Prozent.» Das Problem ist nur, dass Hämorrhoiden auch im 21. Jahrhundert noch ein Tabuthema sind. «Es ist viel einfacher, dem Mitmenschen mitzuteilen, dass man zum Zahnarzt geht als zum Proktologen, dem Facharzt für Hämorrhoiden und Darmerkrankungen», erklärt sich Müller das Phänomen. Deshalb

leiden Menschen mit den entsprechenden Symptomen sehr lange, bevor sie sich beim Arzt anmelden. Meist ist die Erkrankung dann schon fortgeschritten, was die Therapie deutlich erschwert.

Doch wie entstehen die Plagegeister überhaupt? Erwachsene Männer und Frauen haben im unteren Teil des Mastdarms einen hämorrhoidalen Schwellkörper. Diese natürlichen Schleimhautpolster bestehen aus kapillärähnlichen Gefäßen, Bindegewebe und Muskelfasern und haben die Aufgabe, den Enddarm sicher zu verschliessen und einen ungewollten Stuhlabgang zu verhindern. Soll der Darm entleert werden, schrumpfen diese Polster, damit der Stuhl austreten kann.

Hämorrhoiden sind also völlig normal. Problematisch wird es allerdings, wenn durch übermässiges Pressen oder erhöhten Druck im weiter oben liegenden Mastdarm die aus Bindegewebe- und Muskelfasern bestehende Befestigung der Schwellkörper Schaden erleidet.

Als Folge davon gleitet dann die Schleimhaut mit den Polstern nach unten (dies wird Prolaps oder Schleimhautvorfall genannt), was den Abfluss des Blutes behindert und zu einer krankhaften Vergrösserung und Verlagerung der Hämorrhoiden führt.

#### Abwarten lohnt sich nicht

Je nach Stadium werden Hämorrhoiden in vier Schweregrade (siehe Kasten rechts) unterteilt. Zu Beginn bereitet die Enddarmkrankung keinerlei Probleme, sobald jedoch Juckreiz in der Analgegend, Schmerzen, Fremdkörpergefühl oder kleine Blutungen auftreten, ist ein Besuch beim Hausarzt, beim Magen-Darm-Spezialisten (Gastroenterologe) oder bei einem Hämorrhoiden-Experten (Proktologe) angesagt.

Dr. med. Andreas Müller: «Wer an solchen Symptomen leidet, sollte nicht lange warten, sondern so bald als möglich zum Arzt gehen. Denn je früher jemand kommt, desto leichter sind Hämorrhoiden zu behandeln.» Es lohnt sich wirklich, die Hemmungen zu überwinden und einen Experten aufzusuchen. Wird nämlich nicht rechtzeitig eingegriffen, ziehen sich die Hämorrhoiden nicht mehr in den Darm zurück, und es entsteht ein so genannter Dauerprolaps. Dieser kann im Extremfall so gross werden,

dass das Gewebe abstirbt und eine Blutvergiftung entsteht, welche den Patienten in Lebensgefahr bringt.

Wie lange eine Hämorrhoiden-Therapie dauert, ist individuell verschieden, in der Regel zieht sie sich jedoch über einige Tage bis Wochen hin. Bei leichteren Fällen – im Stadium 1 – kommen zuerst einmal Salben und Zäpfchen zum Einsatz. Helfen diese Massnahmen nichts oder zu wenig oder ist das Leiden bereits fortgeschritten – Stadium 2 und 3 –, nimmt der Facharzt eine so genannte Gummibandligatur vor. Dabei wird ein Gummiband über vergrösserte oder blutende innere Hämorrhoiden gestülpt und so die Blutversorgung unterbrochen, was schliesslich zum Absterben des störenden Schleimhautpolsters führt.

Gelegentlich stellt eine Infrarotkoagulation eine weitere Therapiemöglichkeit für niedriggradige Hämorrhoidenstadien dar: Hier werden die krankhaft veränderten Hämorrhoidalpolster mithilfe von Infrarotstrahlung verödet, und die Durchblutung wird ebenfalls unterbunden.

Massive Hämorrhoiden – also Stadium 4 – verlangen nach der Longo-Methode, einer chirurgischen Therapie. Dabei entfernt der Spezialist mit einem Klammergerät oberhalb des Analkanals einen Schleimhautstreifen, was den Schleimhautvorfall behebt, die Blutzufuhr zu den Venen geflechten senkt und die Hämorrhoidalpolster dort fixiert, wo sie hingehören.

#### DIE VIER STUFEN DER HÄMORRHOIDEN

Hämorrhoiden sind nicht gleich Hämorrhoiden. Spezialisten unterscheiden vier Schweregrade der Erkrankung:

**Stadium 1:** Diese Hämorrhoiden sind meist noch harmlos und verursachen keine Beschwerden. Man kann die leichten Schwellungen weder sehen noch ertasten; sie werden nur im Prostoskop – dem Spezialinstrument des Magen-Darm-Spezialisten – sichtbar. Weil harter Stuhlgang die Hämorrhoiden verletzen kann, sind hellrote Blutspuren auf dem Kot möglich.

**Stadium 2:** Hier ist die krankhafte Veränderung der Schwellpolster bereits so weit fortgeschritten, dass sich die Hämorrhoiden mit dem Finger fühlen lassen. Beim Pressen können sie zusammen mit dem Stuhl nach aussen gelangen, was der Arzt Prolaps nennt. Normalerweise ziehen sich die Hämorrhoiden nach Abschluss des Stuhlgangs wieder in den Enddarm zurück – notfalls kann man auch mit dem Finger nachhelfen. Unter Umständen ist das jedoch sehr schmerhaft. Oft wird dieser Rückzug von Nässen und Jucken in der Analregion begleitet.

**Stadium 3:** Nun befindet sich so viel Blut in den Hämorrhoiden, dass sie bei jedem Besuch auf dem stillen Örtchen zum Vorschein kommen und nicht mehr von alleine verschwinden. Sie lassen sich aber noch immer von Hand zurückschieben.

**Stadium 4:** Unterdessen hat sich das Leiden so sehr verschlimmert, dass der Patient die Hämorrhoiden nicht mehr im Enddarm «versenken» kann.



**Möchten Sie mehr über Hämorrhoiden wissen?**

Speziell für die Zeitlupe-Leserinnen und -Leser beantwortet Dr. med. Andreas Müller vom Gastrozentrum Hirslanden in Zürich Ihre Fragen zu diesem Thema.

#### Zeitlupe-Fragestunde:

Donnerstag, 27. 4., 16 – 17.30 Uhr  
Freitag, 28. 4., 16 – 17.30 Uhr

**Telefonnummer:** 044 283 89 14  
(gilt nur für die Fragestunde)

Manchmal gibt es auch Rückfälle – bei der Gummibandligatur häufiger als bei der Longo-Operation. Dies ist damit zu erklären, dass bei der Therapie die Hämorrhoiden nicht vollständig entfernt werden dürfen, da sie ja für die Kontinenz notwendig sind.

#### Mit dem Alter steigt das Risiko

Im Prinzip kann es Menschen in jeder Lebensphase treffen, doch Seniorinnen und Senioren leiden besonders häufig an Hämorrhoiden. Dr. med. Andreas Müller erklärt die Gründe: «Im Alter sinkt die Elastizität des Gewebes, es ist schlaff. Zu-



dem sind Rentner oft weniger körperlich aktiv, was zu Verstopfung und als Folge davon auch zu vermehrtem starkem Pressen führt, damit der Darm entleert werden kann. Das begünstigt die krankhafte Veränderung der Hämorrhoiden.»

#### Ernährung und Bewegung beachten

Am besten lässt man es gar nicht erst so weit kommen. Es gibt nämlich Massnahmen, die vorbeugend wirken. Dazu gehört eine ausgewogene und ballaststoffreiche Ernährung, welche regelmässiges Stuhlen ermöglicht. Ausserdem ist viel Bewegung wichtig. Aber selbst auf dem stillen Örtchen kann man noch etwas tun: Vermeiden Sie langes Sitzen und gleichzeitiges Pressen, pressen Sie nie zu stark, und verwenden Sie mehrlagig-weiches WC-Papier ohne einen Aufdruck, weil dieser allergische Hautreaktionen auslösen kann.

#### BUCHTIPPS UND INTERNETLINKS

- Wilhelm Brühl: «Hilfe bei Hämorrhoiden», Natura Viva Verlag, CHF 25.80.
- Peter Grunert: «Hämorrhoiden, die oft verschwiegene Pein. Ganzheitlich heilen», Goldmann Verlag, CHF 17.–.
- Jens J. Kirsch/Freya Reinhard: «Hämorrhoiden und der kranke Enddarm – Rat und Hilfe», Kohlhammer Verlag, CHF 33.–. Bestelltalon Seite 70.
- [www.gastrozentrum.ch](http://www.gastrozentrum.ch)
- [www.netdoktor.de](http://www.netdoktor.de) (Suchbegriff «Hämorrhoiden»)
- [www.meine-gesundheit.de/346.0.html](http://www.meine-gesundheit.de/346.0.html)
- [www.css.ch](http://www.css.ch) (Suchbegriff «Hämorrhoiden»)
- [www.proktologie.ch](http://www.proktologie.ch)
- [www.proktologie.at/angebot/haemorrhoiden.htm](http://www.proktologie.at/angebot/haemorrhoiden.htm)

Ein absoluter Schutz existiert allerdings nicht. Da muss auch Dr. med. Andreas Müller gestehen: «Gelegentlich treten Hämorrhoiden schon bei nur einmaligem starkem Pressen auf. Dann kann man von einem eigentlichen Schicksalsschlag sprechen.» ■

ANZEIGE

## Osteoporose – die unterschätzte Knochenkrankheit

Osteoporose ist eine Skeletterkrankung, von der Frauen wie Männer betroffen sind. Die Knochenstruktur verliert an Dichte und Qualität. Dann drohen schon bei minimaler Belastung Knochenbrüche. Laut Weltgesundheitsorganisation WHO zählt Osteoporose zu den zehn häufigsten Erkrankungen weltweit. Trotzdem wird sie oft unterschätzt. Dieses Buch soll für das

Thema Osteoporose sensibilisieren. Es bietet alle relevanten Informationen zur Krankheit, zeigt, wie man sie diagnostiziert, welche Therapien es gibt und wo man Selbsthilfegruppen findet. Ein besonderes Augenmerk liegt auf der Vorbeugung. Angereichert ist die optisch ansprechende, leicht verständliche Lektüre mit vielen praktischen Tipps und Adressen.

Werkerei: Gesundheit verstehen







**OSTEOPOROSE**  
 Die unterschätzte Knochenkrankheit





#### BESTELLTALON

Ich bestelle das Buch «Osteoporose – Die unterschätzte Knochenkrankheit»

zum Preis von CHF 26.–  Anzahl

Name/Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon/Fax

Datum  Unterschrift

Das Buch erhalten Sie mit Rechnung (plus CHF 3.50 für Porto und Verpackung).

Bitte den Bestelltalon ausschneiden und einsenden an: Zeitlupe, Postfach 2199, 8027 Zürich.