**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz

**Band:** 94 (2016)

Heft: 6

Werbung

### 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:** 29.11.2025

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

lich. Blutende Hämorrhoiden, die nicht nach aussen prolabieren, behandelt der Facharzt am häufigsten, indem er sie mittels eines Gummibandes abklemmt. Solche Ligaturen können ambulant in der Praxis angebracht werden. In schwereren Fällen wird eine Operation nötig, bei der man die Hämorrhoiden entfernt oder aber nach innen hochzieht und fixiert (Stapler-Methode).

Was einst als «äussere Hämorrhoiden» bezeichnet wurde, seien übrigens Perianalvenen, die sich um den äusseren Analkanal reihen, erklärt Daniela Zeller. In diesen Perianalvenen können sich Blutklumpen bilden, die dann am Darmausgang als sichtbare dunkle Blutgefässe

Hygiene- und

Ernährungstipps:

→ Weiches Toilettenpapier ohne

Farb- und Duftstoffe verwenden.

→ Auf Feuchttücher besser ver-

zichten, da sie meist Konservie-

rungs- und Duftstoffe enthalten.

können die empfindliche Anal-

schleimhaut reizen.

oder föhnen.

Auch Waschmittel und Weichspüler

→ Nach dem Stuhlgang den Anal-

bereich mit warmem Wasser ohne

Seife reinigen und trocken tupfen

→ Zur Vorbeugung von Verstopfung

sollte man sich viel bewegen und

ballaststoffreich ernähren. Ballast-

stoffe vergrössern das Stuhl-

den Stuhl weicher.

volumen und regen die Darm-

entleerung an. Häufiges Trinken

unterstützt ihre Wirkung und macht

zu sehen sind und ein Brennen oder sogar dumpfe Schmerzen verursachen. Wegen ihrer Schmerzhaftigkeit sollten solche Analvenenthrombosen möglichst bald und fachmännisch aufgeschnitten werden. Sonst seien sie aber trotz des Namens nicht gefährlich.

Chronischer analer Juckreiz ist ebenfalls ein häufiger Grund, Patientinnen warum und Patienten die Hilfe der Fachärztin suchen. «Im Gegensatz zu der früheren Lehrmeinung entsteht Juckreiz nicht infolge einer mangelnden Analhygiene, sondern eher aufgrund von übermässiger Reinigung», erklärt sie. «Mechanisches Reiben mit zu hartem Toilet-

tenpapier oder der Einsatz von aggressiven Seifen und synthetischen Feuchttüchern können die Haut reizen und dadurch chemische Reaktionen und Allergien auslösen.» Natürlich können auch Kotreste, die zwischen den Falten der Analhaut liegen bleiben, eine oberflächliche Entzündung verursachen und zu Ekzemen und Juckreiz führen.

Bei den «Fissuren» handelt es sich um schmerzhafte Risse in der Schleimhaut im Analkanal an der Grenze zur äusseren sichtbaren Haut. Sie sind meist die Folge von heftigem Pressen bei chronischer Verstopfung mit grossvolumigen und harten Stuhlgängen und ein weit verbreitetes Problem. In der Regel werden Fissuren zunächst konservativ mit Salben behandelt. Diese Behandlung kann sich aber über viele Wochen hinziehen. Parallel dazu gilt es, mit konsequenten Ernährungs- und Bewegungsmassnahmen der Verstopfung vorzubeugen und weicheren Stuhl zu produzieren, damit die Analschleimhaut nicht wieder einreisst. In manchen Fällen ist die konservative Behandlung zu wenig erfolgreich, und die Fissur muss chirurgisch verschlossen werden.

Ein gar nicht seltenes, aber mit grossem Schamgefühl verbundenes und deshalb viel zu oft totgeschwiegenes Analproblem ist die Stuhlinkontinenz. «Man geht davon aus, dass bis zu sechzig Prozent der Pflegeheimbewohnerinnen

> und -bewohner inkontinent sind, weswegen sie vielfach im Heim platziert werden», sagt Daniela Zeller. Dabei gebe es konservative Methoden wie Beckenbodengymnastik oder Biofeedback-Therapie, bei der die Betroffenen Techniken lernen, um ihren Schliessmuskel besser anzuspannen oder zu entspannen.

> Bei älteren Patientinnen und Patienten könne nach Versagen der Beckenbodengymnastik auch die sakrale Neurostimulation hilfreich sein. Bei dieser Methode wird zur Stimulation der Sakralnerven mit schwachen elektrischen Impulsen ein Schrittmacher implantiert. Die Sakralnerven kontrollieren

dabei die Blase und die an der Harnausscheidung beteiligten Muskeln, aber auch den Darm und die Schliessmuskeln des Afters.

Neben dem Stuhlverlust sind auch Stuhlentleerungsstörungen wie die chronische Verstopfung ein Phänomen, das vielen älteren Menschen zusetzt und ihre Lebensqualität herabsetzt. Je nach Ursache kennt die Medizin geeignete Behandlungen. Wie schon eingangs erwähnt, sollte mit dem Aufsuchen ärztlicher Hilfe aber nicht zu lange zugewartet werden. Nicht zuletzt geht es darum, die Tabuzone am Darmausgang etwas unverkrampfter zu behandeln.

Martina Novak

# Bade wannen-Lifte

### **Das Original vom WANNENLIFT-SPEZIALISTEN**



So einfach kann es sein, in die Wanne hinein und heraus zu kommen!



- Mietkauf zinslos möglich
- · Auch mit Akkubetrieb
- · Schnelle und saubere Installation
- Alle Funktionsteile aus Edelstahl



**Endlich** wieder

## Freude beim **Baden!**

Prospekte anfordern 0800-808018 Anruf gebührenfrei!



Postfach CH-5642 Mühlau AG www.idumo.ch