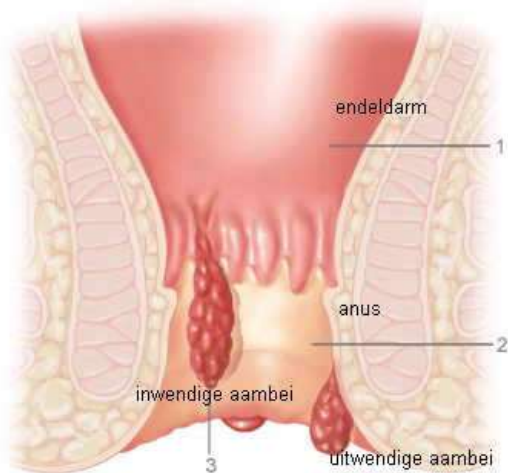


Aambeien

Deze folder geeft u algemene informatie over aambeien. Maar uw situatie is misschien anders. Daarom is het belangrijk om met uw arts te praten.

Aambeien

Aambeien zijn gezwollen adertjes in uw anus. Het is een beetje als spataderen, maar dan op een andere plek. Deze gezwollen adertjes kunnen ontstaan door veel persen, lang zitten of iets anders. Ze kunnen jeuken, pijn doen en soms een beetje bloeden. Soms kunt u de aambeien zelfs zien als ze naar buiten komen.



Oorzaak

Een veelvoorkomende oorzaak is verstopping. Als u te weinig vezels eet, wordt uw poep ingedikt en droog. Daardoor moet u persen. Ook als u veel zit, weinig beweegt of te zwaar bent, kunnen de adertjes in uw anus onder druk komen te staan. Ouderen en zwangeren hebben meer kans op aambeien.

Klachten voorkomen

Met deze tips kunt u aambeien voorkomen:

- **Eet genoeg vezels:** vezels maken uw poep zachter, waardoor u minder hard hoeft te persen. Goede bronnen van vezels zijn:
 - Peulvruchten (bonen en linzen);
 - Volkoren brood, pasta en rijst;
 - Muesli en havermout;
 - Rauwkost;
 - Fruit;
 - Zemelen.
- **Drink veel water:** zo'n 1,5 tot 2 liter per dag.
- **Ga regelmatig naar de wc:** zo voorkomt u dat u op ongelegen momenten uw poep te lang moet ophouden..
- **Beweeg meer:** regelmatige lichaamsbeweging stimuleert de darmwerking.
- **Val af:** overgewicht kan druk uitoefenen op de aderen in het anusgebied.

Blijven klachten toch aanhouden? Dan is verder onderzoek en eventueel behandeling nodig.

Onderzoek

Bloedverlies op de wc kan ook iets anders betekenen. Daarom onderzoekt de arts altijd uw anus en het laatste deel van uw dikke darm. Tijdens het onderzoek ligt u op uw linkerzij. De arts voelt zachtjes aan uw anus. Daarna brengt hij een korte, plastic buis met een lampje in. Zo kan hij het laatste stukje van uw dikke darm goed bekijken. Dit onderzoek heet een proctoscopie. Het kan even vreemd aanvoelen, maar probeer rustig te blijven. Het is meestal niet pijnlijk.

Heeft u aambeien? Dan behandelen we deze meteen. Het onderzoek en de eventuele behandeling duren zo'n 5 minuten.

Voor jongere mensen is een proctoscopie vaak genoeg. Maar soms is meer onderzoek nodig. Bent u ouder dan 45 jaar? Dan kunnen we een kijkje nemen in een groter stuk van de dikke darm. Dit doen we omdat er dan meer kans is dat er iets anders aan de hand is.

Poliklinische en operatieve behandeling

Of we aambeien met een operatie of op de polikliniek behandelen, hangt af van hoe ernstig ze zijn. Er zijn verschillende behandelingen mogelijk.

Poliklinische behandeling

Rubberen bandje tegen aambeien

De arts doet een klein rubberen bandje om het uitsteekseltje (de aambeï). Dit bandje knijpt het stukje huid af, zodat het vanzelf verdwijnt. Soms ziet u na een paar dagen een beetje bloed als u naar de wc gaat. Dit is normaal. De behandeling duurt maar een paar minuten. Bij de meeste mensen zijn de klachten na 1 behandeling weg. Soms zijn meerdere behandelingen nodig.

Na de behandeling

Schat de arts in dat de behandeling maar 1 keer nodig is? Dan krijgt u na 6 weken een telefonische afspraak. Is een tweede behandeling nodig? Dan komt u na 6 weken terug op de polikliniek.

Geen verdoving nodig

Voor deze behandeling is geen verdoving nodig. Toch kunt u na de behandeling een onaangenaam en pijnlijk gevoel krijgen. U kunt aandrang krijgen om naar de wc te gaan, terwijl er niets komt. Dit kan 2 tot 3 dagen duren. Bij pijn kunt u pijnstillers zoals paracetamol gebruiken. Ook een warm bad kan de pijn verlichten. Een beetje bloedverlies is normaal. Als de pijn hevig is of de bloeding aanhoudt, neem dan contact op met het ziekenhuis.

Operatieve behandelingen

Soms is een operatie met opname nodig. Bijvoorbeeld als de aambeien volledig uitgezakt zijn, of als andere behandelingen niet de gewenste resultaten hebben. Meestal worden de aambeien dan opgehangen, door het overtollige slijmvlies op te binden met hechtingen. De operatie doen we in de dagbehandeling onder algehele narcose of een ruggenprik. Eventueel moet u een nachtje blijven.

Na de operatie

- Spoel de anus en het gebied er omheen tenminste twee keer per dag goed schoon met de douche;
- Bij pijn kunt u pijnstillers zoals paracetamol gebruiken;
- Ook een warm bad kan pijn verlichten;
- De dag na de operatie kunt u weer starten met Aspirine, Ascal of de bloedverdunners van de trombosedienst.

Mogelijke complicaties

Geen enkele ingreep is zonder risico's. Bel het ziekenhuis als:

- U koorts heeft boven 38,5 graden;
- De wond roder, warmer en dikker wordt, een vieze geur heeft of meer pijn doet of waar pus uitkomt;
- U ondanks aandrang niet kunt plassen.

Telefoonnummers:

- **Behandelend specialist:** (0182) 50 58 78 (maandag tot en met vrijdag, 8.30 – 11.00 uur en 13.30 – 15.30 uur)..
- **Spoedeisende Hulp:** (0182) 50 53 27 (buiten polikliniek openingstijden en bij acute problemen)

Heeft u nog vragen?

Neem gerust contact op met de polikliniek assistent Chirurgie:

- Telefonisch: (0182) 50 58 78
- Bereikbaar: werkdagen tussen 8.30 en 11.00 uur en tussen 13.30 en 15.30 uur

Meer informatie

Voor informatie over het ziekenhuis kijkt u op www.ghz.nl

Adres

Groene Hart Ziekenhuis, locatie Gouda
Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Contact

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis:
(0182) 50 50 50

Colofon

uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie: Marketing & Communicatie
februari 2025
04.04.079