

## HEMOROIDÁLNE OCHORENIE

Hemoroidálne ochorenie označuje zväčšené žily v konečníku, ktoré sa prejavuje viacerými príznakmi a pri vyšetrení nachádzame hemoroidy – vyklenutia až hrčky v konečníku a v análnom otvore. Toto ochorenie patrí medzi civilizačné ochorenia, ktoré je zapríčinené sedavým spôsobom života a nedostatkom vlákniny v strave moderného človeka a postihuje 50% našej populácie.

Žilové pletene v konečníku sú dôležité pre vyprázdňovanie, spolu so zvieračmi zadržiavajú stolicu v konečníku a pri naplnení sa uvoľňujú a umožňujú odchod stolice. Tieto žilové pletene sú plnené krvou z 3 prívodných tepien a to je dôvod, prečo často po chirurgickej liečbe recidivujú /objavujú sa znovu/ a ich kompletná likvidácia vyžaduje viacero operácií s neistým výsledkom. Preto sa zameriavame na zmenu životosprávy a konzervatívnu /neoperačnú/ liečbu. Ale podobne ako u krčových žíl aj u hemoroidov u časti pacientov toto ochorenie nereaguje na konzervatívnu liečbu a vtedy pristupujeme k operačnej liečbe. Ďalšiu časť pacientov podstupujúcich operačnú liečbu sú tí, ktorí nie sú ochotní alebo schopní zmeniť životosprávu alebo nemôžu užívať lieky.

Hemoroidálne ochorenie neohrozuje pacienta, krvácanie nebýva intenzívne, len výnimočne spôsobuje chudokrvnosť a nie je ani prekanceróza, to znamená, že ani po celoživotnom trvaní nevedie k rakovine. Dá sa diagnostikovať anoskopiou, to je jednoduchým ambulantným vyšetrením, nevyžadujúcim žiadnu prípravu. Keďže hemoroidy má každý druhý človek, je dôležité pri diagnostike vylúčiť súčasné závažné ochorenie konečníka a hrubého čreva. Preto u pacientov nad 50 rokov doporučujeme kolonoskopické vyšetrenie a u mladších pacientov toto vyšetrenie doporučujeme pri prítomných tráviacich ťažkostiach, pri zlyhávaní liečby a tiež pri výskyte karcinómu hrubého čreva a konečníka u rodinných príslušníkov.

Životospráva je pri tomto ochorení veľmi účinná a predstavuje pre pacienta zmenu stravovacích návykov, zmenu v análnej hygiene /t.j.v spôsobe očisty konečníka po stolici/. Strava s dostatkom vlákniny nielen upravuje stolicu – je mäkšia a objemnejšia a tým pádom umožňuje menej namáhavé vyprázdňovanie, ale má aj „očisťovací efekt“ na črevá. Je dôležité pri tejto strave piť dostatok tekutín – aspoň 2 l denne. Čo sa týka análnej hygieny, je dobré konečník po stolici očistiť tekutinou – to znamená použitie bidetu, sprchy alebo aspoň vlhčených utierok. Pri utieraní papierom totiž dochádza k dráždeniu uzlov a tiež zostávajú zvyšky stolice v kožných záhyboch. Dôležitý je tiež dostatok pohybu. Okrem životosprávy máme účinné lieky a lokálne prostriedky /masti a čapíky/.

Chirurgická liečba, ako ste čítali vyššie je určená len pre časť pacientov a nové metódy sú podstatne šetrnejšie ako klasická chirurgická liečba. Veľmi jednoduchý spôsob chirurgickej liečby je aplikácia elastickej ligatury, to je gumenných prstencov, ktorá sa môže opakovať. Radikálnejší spôsob je termoablácia – to je tepelná deštrukcia hemoroidálnych uzlov, nedochádza pri nej len k deštrukcii uzla, ale aj prívodnej cievy.

Hemoroidy sú ochorenie, s ktorým pri dobre zvládnutej životospráve, môžete viesť plnohodnotný aktívny život. Dôležité je dobre poznať svoje ochorenie, vedieť, čomu je nutné predchádzať, zvládať životosprávu, v prípade zhoršenia konzultovať svoje ochorenie s obvodným lekárom alebo špecialistom.