

# Nur nicht aussitzen

Juckreiz und Bluten am Po können Anzeichen für ein **Hämorrhidalleiden** sein. Leichte Beschwerden werden mit Salben und Zäpfchen behandelt. In schweren Fällen wird der Arzt die Gefäßpolster veröden, abbinden oder operieren.





**H**ämorrhoidalalleiden gehören in den Industrienationen zu den häufigsten Erkrankungen. Man spricht mit Recht von einer Volkskrankheit. Während man früher davon ausging, dass etwa die Hälfte der Bevölkerung in Deutschland im Laufe des Lebens Erfahrungen mit Hämorrhiden macht, liegen neuere Schätzungen weit höher. Vermutlich werden bis zu 80 Prozent der Bevölkerung irgendwann in ihrem Leben mit hämorrhidalen Komplikationen konfrontiert. Am Beginn der Erkrankung steht meist ein von langem Pressen begleitetes Stuhlentleungsverhalten, wie man es von der chronischen Obstipation kennt, oder ein falsches Stuhlverhalten mit unnötigem Nachpressen. Übergewicht und überwiegend sit-

zende Tätigkeiten verstärken das Problem, sind aber nicht ursächlich verantwortlich. Eine genetische Veranlagung spielt vermutlich auch eine Rolle. Auch wenn die Häufigkeit der Hämorrhiden mit steigendem Alter zunimmt, schützt Jugend allein nicht vor deren Entstehung. Junge Menschen, die an Hämorrhiden leiden, weisen meist mehrere Risikofaktoren wie Fehlernährung, Übergewicht und Bewegungsarmut auf. Eine ballaststoffarme Kost kann der Anfang der Krankheitsentstehung sein. Die Fehl-

ernährung führt zu langen Sitzungen auf der Toilette, das Pressen bedingt die Entstehung der Hämorrhiden und das Übergewicht verstärkt die Problematik durch Überlastung der Beckenbodenmuskulatur. Auch in der Schwangerschaft tritt das Problem durch das größere Blutvolumen, die Gewichtszunahme und den dadurch erhöhten Druck im Beckenbereich, vermehrt auf. Nach der Geburt heilen die Hämorrhiden in aller Regel spontan wieder ab. Die Bereitschaft der Menschen mit dieser Erkrankung einen Arzt oder die Apotheke aufzusuchen und darüber zu reden, ist in den letzten Jahrzehnten gestiegen. Dennoch ist es noch immer vielen Betroffenen peinlich. Fragen Sie Ihre Kunden, die nach Hämorrhidensalbe oder -zäpfchen verlangen, ob es sich um eine Eigendiagnose handelt

Untersuchung wird als Proktoskopie bezeichnet und ist bei korrekter Durchführung nicht schmerzhaft. Nur wenn andere Erkrankungen, wie beispielsweise Analfissuren, bestehen, kann die Untersuchung mit Schmerzen verbunden sein. Eine Darmspiegelung ist selbstverständlich auch nicht nötig, denn die Untersuchung findet im Bereich der letzten Zentimeter des Dickdarmes statt.

**Jeder Mensch hat sie** Der Analkanal, der sich von der Analöffnung ausgehend etwa zwei bis fünf Zentimeter weit erstreckt, wird nach außen von zwei konzentrischen Muskeln umschlossen. Über den inneren stülpt sich der äußere Schließmuskel, der aus der Beckenbodenmuskulatur hervorgeht. Er kann kurzfristig oder länger anhaltend kontrahiert werden.

kel sind die Schwellkörper mit Blut gefüllt und verhindern so, dass Stuhlgang passieren kann. Das Bedürfnis, die Toilette aufzusuchen, macht sich erst bemerkbar, wenn die Nervenenden im Mastdarm dem Gehirn signalisieren, dass genügend Stuhl vorhanden ist. Der innere Schließmuskel erhält dann das Signal zu erschlaffen. Das Blut fließt aus dem Hämorrhoidalpolster ab, der Verschluss entfällt und der Stuhl kann nach draußen gelangen. Hämorrhiden sind also nichts krankhaftes, sondern sie erfüllen eine wichtige Funktion. Erst wenn diese Gefäße durch die genannten Ursachen anschwellen und sich knotenartig verdicken, entsteht das, was man umgangssprachlich als Hämorrhiden bezeichnet. Treten damit verbunden Beschwerden auf, handelt es sich um ein Hämorrhidalleiden.

### SIND HÄMORRIDEN SCHMERZHAFT?

Schmerzen sind in den Stadien I bis III eines Hämorrhidalleidens eher selten, denn die Darmschleimhaut enthält keine Nerven und ist dadurch schmerzunempfindlich. Wenn es weh tut, ist dies meist auf eine zusätzlich bestehende Fissur zurückzuführen, die auch tiefere Hautschichten erfasst. Solche Fissuren findet man bei der Mehrzahl der Hämorrhiden zweiten oder höheren Grades. Im Stadium IV, wenn die Gefäßpolster dauerhaft in den Analkanal eingetreten und dort eingeklemmt sind, sind Schmerzen allerdings keine Seltenheit.

oder ob sie schon mal mit ihrem Arzt darüber gesprochen haben. Manchmal können sich hinter den vermeintlich typischen Symptomen andere Krankheiten verbergen, die vom Arzt ausgeschlossen werden müssen. So können Blutauflagerungen auf dem Stuhl in seltenen Fällen ein Hinweis auf Darmkrebs sein. Dann ist eine frühzeitige Diagnose unter Umständen lebensrettend. Erster Ansprechpartner ist der Hausarzt, er kann gegebenenfalls zum Spezialisten, dem Proktologen, überweisen. Die

Dies wird reflektorisch gesteuert, kann aber auch willentlich beeinflusst werden. Der innere Schließmuskel hält einen Dauertonus aufrecht und entspannt sich nur durch zunehmende Füllung des Rektums. Zusätzlich befindet sich unter der Darmschleimhaut ein ringförmig angelegtes arteriovenöses System von Schwellkörpern, das sind die Hämorrhiden. Jeder Mensch hat sie und braucht dieses Gefäßpolster, denn es dient der Feinabdichtung des Darms nach außen. Bei angespanntem innerem Schließmus-

**Vier Stadien** Man teilt das Hämorrhidalleiden in verschiedene Schweregrade oder Stadien ein. Werden Hämorrhiden nicht rechtzeitig und richtig behandelt, schreitet das Leiden fort. Zu Beginn der Erkrankung, in Stadium I, sind die Gefäßkissen leicht vergrößert und wölben sich in den Analkanal vor. Der Betroffene kann Juckreiz oder Brennen verspüren. Der Arzt kann die Hämorrhiden in diesem Zustand bei einer rektal-digitalen Untersuchung noch nicht ertasten. Sie sind nur proktoskopisch, also im Rahmen einer Analspiegelung, zu sehen. Dabei zeigen sich die Hämorrhiden als knotige, prall-elastische Wülste. Durch die übermäßige Füllung können Hämorrhiden in diesem frühen Stadium aber bereits einreißen. Dies passiert meist während des Stuhlgangs oder direkt danach. Dann findet sich hellrotes Blut auf dem Toilettenpapier oder aufgelagert auf dem Stuhl. ►

# Rationales Phytopharmakon Prospan®

## So wirkt der Efeu-Spezial-Extrakt EA 575®

Als Vielstoffgemische verfügen pflanzliche Hustenarzneimittel zumeist über einen breiten Wirkansatz – ein Vorteil, der sich etwa darin zeigt, dass das Beschwerdebild Husten umfassend abgedeckt werden kann. Dabei ist es jedoch genau diese Komplexität eines Arzneimittels, die die Aufklärung des Wirkmechanismus oftmals erschwert. Anders bei Prospan®: Denn dank intensiver Forschung ist es für wichtige Inhaltsstoffe des Efeu-Spezial-Extrakt EA 575® gelungen, den Wirkmechanismus weitestgehend zu entschlüsseln. So können wir heute verstehen, wie die therapeutischen Effekte zustande kommen – ein Meilenstein in der rationalen Phytotherapie.

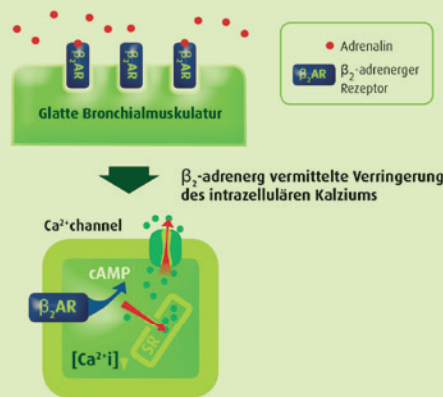
### Schleimlösend und bronchienerweiternd zugleich



Dabei wurde das Saponin  $\alpha$ -Hederin als wichtiger, wirksamkeitsmitbestimmender Inhaltsstoff sowohl für die Bronchospasmyse als auch die Sekretolyse identifiziert. Als Bestandteil des EA 575® wirkt  $\alpha$ -Hederin an zwei Stellen gleichzeitig: Zum einen auf den alveolaren Typ-II-Zellen, die sich in den Lungenbläschen befinden, zum anderen auf den Zellen der glatten Bronchialmuskulatur. Dabei erfüllt es an beiden Zelltypen eine wichtige Funktion: Die Hemmung der Internalisierung der  $\beta_2$ -adrenergen Rezeptoren. Denn diese Rezeptoren ziehen sich – unter einer erhöhten Erregung durch Adrenalin, zu der es etwa im Rahmen eines Atemwegsinfekts

### Wirkmechanismus EA 575®

#### Bronchospasmolytischer Effekt des Efeu-Spezial-Extrakts EA 575®



#### Sekretolytischer Effekt des Efeu-Spezial-Extrakts EA 575®

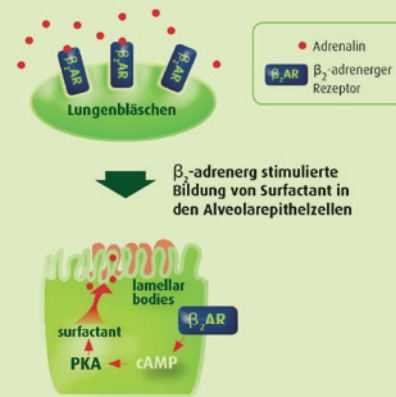


Abb. mod. nach Häberlein, Sieben, Naturmed 2011; 5:22-24 und Häberlein et al. Pharm. Ztg. 2005; 4(5):19-25

kommen kann – ins Innere der Zelle zurück. Das Resultat: Die Zelle kann nur noch in einem begrenzteren Maße durch Adrenalin aktiviert werden. Das wiederum führt in der Zelle zu einer Abnahme des cyclischen Adenosinmonophosphats (cAMP), das als Botenstoff wichtige Aufgaben über nachgeschaltete Prozesse erfüllt:

1. In den Lungenepithelzellen sorgt ein erhöhter cAMP-Spiegel für eine gesteigerte Surfactant-Bildung, der Schleim verflüssigt sich (Sekretolyse) und kann leichter abgehustet werden.
2. In den Bronchialmuskelzellen führt ein Anstieg der cAMP-Konzentration zu einer Abnahme der Kalziumkonzentration. Das wiederum relaxiert die Bronchialmuskulatur (Bronchospasmyse).

### EA 575® unterstützt körpereigene Prozesse

Für eine hohe Konzentration an cAMP ist es daher wichtig, dass möglichst viele  $\beta_2$ -adrenerge Rezeptoren an der Oberfläche der Zellen verbleiben, um mithilfe der weiteren Aktivierung durch Adrenalin dessen Produktion im Zellinneren zu fördern. Hierfür sorgt der EA 575®, denn unter der Wirkung des Extrakts liegt eine erhöhte Anzahl aktiver  $\beta_2$ -Rezeptoren an beiden Zelltypen vor.

Das erklärt die sekretolytischen und bronchospasmolytischen Effekte von Prospan®, in deren Folge sich zudem der Hustenreiz lindert. Desweiteren sind für den Extrakt anti-entzündliche Eigenschaften bekannt.

### Phytopharmakon als Unikat

Neben den Erkenntnissen zum Wirkmechanismus liegen zum Efeu-Spezial-Extrakt EA 575® zahlreiche klinische Patientendaten zur Wirksamkeit und sehr guten Verträglichkeit des Extrakts vor. Dabei lassen sich die Ergebnisse dieser Untersuchungen und Studien nicht ohne weiteres auf andere Efeu-Extrakte übertragen. Denn Prospan® ist einzigartig in seiner Zusammensetzung.



\* Aufgrund der Sekret- und Bronchospasmyse.

**Prospan® Husten-Brausetabletten**, **Prospan® Hustenliquid**, Flüssigkeit; **Prospan® Husten-Lutschpastillen**; **Prospan® Hustensaft**, Flüssigkeit; **Prospan® Hustentropfen**, Flüssigkeit. **Wirkstoff**: Efeublätter-Trockenextrakt. **Zusammensetzung**: **Prospan® Husten-Brausetabletten**: 1 Brausetablette enthält 65 mg Trockenextrakt aus Efeublättern (5-7,5:1). Auszugsmittel: Ethanol 30% (m/m). **Sonstige Bestandteile**: Wasserfreie Citronensäure (Ph. Eur.), Natriumhydrogencarbonat, Natriumcarbonat, Mannitol (Ph. Eur.), Simecton, Saccharin-Natrium 2 H<sub>2</sub>O, Natriumcyclamat, Natriumcitrat 2 H<sub>2</sub>O, Sorbitol (Ph. Eur.), mittelkettige Triglyceride, Macroglyglycerolhydroxystearat (Ph. Eur.), Aromastoff. 1 Brausetablette enthält 382 mg Kohlenhydrate (entspr. 0,03 BE). **Prospan® Hustenliquid**: 5 ml Flüssigkeit enthalten 35 mg Trockenextrakt aus Efeublättern (5-7,5:1). Auszugsmittel: Ethanol 30% (m/m). **Sonstige Bestandteile**: Kaliumsorbat (Ph. Eur.) (Konservierungsmittel), wasserfreie Citronensäure (Ph. Eur.), Xanthan-Gummi, Sorbitol-Lösung 70% (kristallisierend) (Ph. Eur.), Aromastoffe, Levomenthol, gereinigtes Wasser. 5 ml enthalten 1,926 g Sorbitol (Ph. Eur.) (Zuckeraustauschstoff) = 0,16 BE. **Prospan® Husten-Lutschpastillen**: 1 Lutschpastille enthält 26 mg Trockenextrakt aus Efeublättern (5-7,5:1). Auszugsmittel: Ethanol 30% (m/m). **Sonstige Bestandteile**: Maltitol-Lösung, Sorbitol-Lösung 70% (nicht kristallisierend) (Ph. Eur.), arabisches Gummi, Citronensäure, Acesulfam-Kalium, mittelkettige Triglyceride, Orangenaroma, Mentholaroma, gereinigtes Wasser. 1 Lutschpastille enthält 0,53 g Maltitol und 0,53 g Sorbitol = 0,09 BE. **Prospan® Hustensaft**: 100 ml Flüssigkeit enthalten 0,7 g Trockenextrakt aus Efeublättern (5-7,5:1). Auszugsmittel: Ethanol 30% (m/m). **Sonstige Bestandteile**: Kaliumsorbat (Ph. Eur.) (Konservierungsmittel), wasserfreie Citronensäure (Ph. Eur.), Xanthan-Gummi, Aromastoff, Sorbitol-Lösung 70% (kristallisierend) (Ph. Eur.), gereinigtes Wasser. 2,5 ml enthalten 0,963 g Zuckeraustauschstoff Sorbitol (Ph. Eur.) = 0,08 BE. **Prospan® Hustentropfen**: 100 ml Flüssigkeit enthalten 2 g Trockenextrakt aus Efeublättern (5-7,5:1). Auszugsmittel: Ethanol 30% (m/m). **Sonstige Bestandteile**: Saccharin-Natrium, Anisöl, Bitterfenichelöl, Pfefferminzöl, Ethanol 96%, gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete**: Zur Besserung der Beschwerden bei chronisch-entzündlichen Bronchialerkrankungen; akute Entzündungen der Atemwege mit der Begleiterscheinung Husten. **Hinweis**: Bei länger anhaltenden Beschwerden oder bei Auftreten von Atemnot, Fieber wie auch bei eitrigem oder blutigem Auswurf, sollte umgehend der Arzt aufgesucht werden. **Gegenanzeigen**: **Alle Darreichungsformen**: Überempfindlichkeit gegenüber dem wirksamen Bestandteil oder einem der sonstigen Bestandteile. **Brausetabletten zusätzlich**: Bei Zucker-Unverträglichkeit Einnahme nur nach Rücksprache mit dem Arzt. **Tropfen zusätzlich**: Kinder < 1 Jahr. Nicht für Personen, denen die Einnahme auch minimaler Alkoholmengen vom Arzt untersagt wurde. **Nebenwirkungen**: **Prospan® Husten-Brausetabletten**: Sehr selten allergische Reaktionen (Atemnot, Schwellungen, Hautirritungen, Juckreiz). **Gelegentlich** bei empfindlichen Personen Magen-Darm-Beschwerden (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall). **Prospan® Hustensaft, -Hustenliquid**: Allergische Reaktionen (Atemnot, Schwellungen, Hautirritungen, Juckreiz). **Häufigkeit nicht bekannt**. Bei empfindlichen Personen Magen-Darm-Beschwerden (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall). **Häufigkeit nicht bekannt**. **Prospan® Husten-Lutschpastillen**: **Selten** allergische Reaktionen (Atemnot, Schwellungen, Haut- und Schleimhautirritationen, Juckreiz). **Gelegentlich** bei empfindlichen Personen Magen-Darm-Beschwerden (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall). Bei den ersten Anzeichen einer Überempfindlichkeitsreaktion nicht nochmals einnehmen. **Prospan® Hustentropfen**: **Sehr selten** allergische Reaktionen (Atemnot, Schwellungen, Hautirritationen, Juckreiz). **Sehr selten** bei empfindlichen Personen Magen-Darm-Beschwerden (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall). **Warnhinweise**: Prospan® Husten-Brausetabletten enthalten Lactose und Natriumverbindungen. Prospan® Hustentropfen enthalten 47 Vol.-% Alkohol! **Stand der Information**: August 2015. Engelhard Arzneimittel GmbH & Co. KG, Herzbergstr. 3, 61138 Niederdorfelden. [www.prospan.de](http://www.prospan.de)

► Die Blutung muss nicht bei jedem Stuhlgang auftreten. Hämorrhiden zweiten Grades prolabieren beim Pressen, das bedeutet, sie fallen in den Analkanal vor. Manchmal sind die prolabierenden Hämorrhiden von außen sichtbar, dann spricht man von einem Analprolaps. Anschließend ziehen sie sich jedoch von alleine wieder zurück. Man bezeichnet dies als spontane Reposition. Im Stadium II verlieren die Hä-

morrhiden dritten Grades unterscheiden sich von denen zweiten Grades nur dadurch, dass sie sich nach der Defäkation nicht spontan zurückziehen. Sie müssen von Hand reponiert werden. Auch nach starker körperlicher Anstrengung können sie in den Analkanal vorfallen. Sie erzeugen häufig das Gefühl einer unvollständigen Entleerung. Durch die chronische Reizung im prolabierten Zustand können an der Ober-

Es sind wulstige Knoten, die fast immer von Schleimfluss und Stuhlschmier begleitet werden und die Analhygiene erschweren. Die Beschwerden sind allerdings nicht unbedingt von der Größe der Hämorrhiden abhängig. Es muss auch nicht zwangsläufig zur Blutung kommen. Ohne Reizung bluten selbst sehr stark vergrößerte Hämorrhiden nicht. Gereizte oder blutende Hämorrhiden sind allerdings auch ein Infektionsrisiko.

gang ist sehr empfindlich. Es kann leicht zu Reizungen, Verletzungen oder Entzündungen anderer Ursache kommen. So können am Afterrand oder auch im Analkanal **Analvenenthrombosen**, auch **Perianalthrombosen** genannt, entstehen. Dabei entsteht ein Blutgerinnsel, das innerhalb weniger Stunden zu einer hochschmerzhaften Schwellung bis Pflaumengröße heranwachsen kann. Eine inzwischen veraltete

### »Nicht langes Sitzen, sondern langes Sitzen auf der Toilette ist die Ursache des Hämorrhidalleidens.«

morrhiden bereits ihre Funktion für den Feinverschluss des Anus. Dann gehen immer wieder kleine Mengen Flüssigkeit, Schleim oder Stuhl ab, die als Verunreinigung in der Wäsche zu sehen sind. Die Sekrete reizen aber auch die empfindliche Haut im Analbereich, was Juckreiz auslösen kann.

fläche schmerzhafte Zellveränderungen entstehen. Hämorrhiden vierten Grades sind nicht mehr zu reponieren. Hier haben sich die Hämorrhoiden so stark vergrößert, dass sie die gesamte Innenauskleidung des Afters nach außen schieben.

**Differenzialdiagnosen** Unter diesem Begriff versteht man Erkrankungen mit identischen oder ähnlichen Symptomen, die ausgeschlossen werden müssen. Wenn es im Afterbereich schmerzt, juckt oder blutet, müssen nicht immer Hämorrhiden die Ursache sein. Die Haut rund um den Darmaus-

Bezeichnung dafür ist „äußere Hämorrhiden“. Heute weiß man, dass sich das Geschehen gar nicht in den Gefäßpolstern, also den eigentlichen Hämorrhiden, abspielt. Als Auslöser für eine Analvenenthrombose gilt überwiegend sitzende Tätigkeit, starkes Pressen bei der Defäkation, aber auch allgemein große

## Zum Abnehmen alles Gute. formoline

### Leichter Abnehmen mit formoline L112

- ✓ mit dem einzigartigen Wirk-Ballaststoff aus natürlichen Quellen
- ✓ Leistung und Verträglichkeit wissenschaftlich belegt und durch millionenfache Anwendung bestätigt



Fettbinder



Mahlzeitenersatz



Abnehm-Power-3fach

körperliche Anstrengung, wie schweres Heben, exzessives Fahrradfahren oder Joggen. Meist sind Männer betroffen. Diese Form der Thrombose ist zwar sehr schmerzhaft, aber ungefährlich. Sie ist nicht zu vergleichen mit der oft lebensbedrohlichen tiefen Beinvenenthrombose. Salben und Zäpfchen mit Lokalanästhetika, wie sie auch bei Hämorrhiden eingesetzt werden, lindern die Schmerzen. Das geronnene Blut wird auch ohne Therapie langsam resorbiert und die Schwellung geht zurück. Es kann eine kleine Hautfalte, eine Mariske, zurückbleiben. Größere Blutgerinnsel kann der Arzt unter lokaler Betäubung entfernen.

**Marisken** sind schlaffe, hautfarbene Läppchen oder Knoten direkt an der Afteröffnung. Sie können einzeln oder zu mehreren vorkommen und treten mit zunehmendem Alter immer häufiger auf. Ihre Größe variiert, von stecknadelkopfgroßen Erhebungen bis zu kirschgroßen Hautzipfeln. Bei der Defäkation können sie durch starkes Pressen wie Hä-

morriden zu prallen Knoten anschwellen, weshalb man auch sie früher als äußere Hämorrhiden bezeichnet hat. Dies ist jedoch ebenso irreführend wie bei den Analvenenthrombosen, es besteht kein Zusammenhang zu den Gefäßpolstern im Inneren des Analkanals. Solange Marisken keine Beschwerden verursachen, ist auch keine Behandlung notwendig. Ab einer gewissen Größe werden sie jedoch als störend empfunden und erschweren die Analhygiene. Durch zu intensive Hygienemaßnahmen können sie sich zudem entzünden und dann brennen oder jucken. Dann sollten Sie entfernt werden. Nicht wenige Menschen haben beides, Hämorrhiden und Marisken.

Unter einer **Analfissur** versteht man einen Einriss in der sehr empfindlichen Haut des Analkanals. Der Einriss und die anschließende Geschwürbildung rufen starke Schmerzen hervor, besonders beim Stuhlgang. Auch hier findet sich hellrotes Blut auf dem Toilettenpapier. Die Ursachen der

Analfissur sind nicht genau bekannt. Man weiß jedoch, dass die Einrisse durch Obstipation und starkes Pressen bei der Defäkation begünstigt werden. Auch anhaltender Durchfall und ein Hämorrhidalleiden fördern die Erkrankung. Manchmal ist die Analfissur auch die Folge einer Grunderkrankung, wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa. Neben den spontanauf tretenden Fissuren (primäre) und den auf anderen Erkrankungen basierenden (sekundäre) unterscheidet man akute und chronische Formen. Akute Fissuren heilen meist innerhalb weniger Tage bis Wochen wieder ab, insbesondere wenn die Betroffenen auf eine gute Analhygiene achten und viel trinken sowie genügend Ballaststoffe zu sich nehmen, um ihren Stuhlgang weich zu halten. Heilt der Riss nicht vollständig ab und bildet sich gleichzeitig eine Narbe, kommt es zur chronischen Fissur. Die Narbe kann sehr wulstig werden und muss unter Umständen operiert werden.

**Analpolypen** bilden sich aus den Analpapillen, das sind kleine Erhöhungen, die sich am Übergang zwischen Analkanal und Mastdarm befinden. Ursache sind entzündliche Prozesse in der Umgebung der Analpapillen. Auch Analfissuren oder Hämorrhiden können die Auslöser sein. Die Polypen können so groß werden, dass sie beim Stuhlgang prolabieren. Beschwerden machen sie in der Regel nicht, sie können aber die Verschlussfunktion des Anus beeinträchtigen. Werden sie dabei eingeklemmt, kann dies starke Schmerzen verursachen und zu häufigem Stuhldrang führen. Analpolypen müssen unbedingt behandelt werden, weil es sonst zu Abszessen und zur Fistelbildung kommen kann. Es werden entzündungshemmende Salben und Zäpfchen eingesetzt. Vergrößerte Polypen müssen operativ abgetragen werden. Eine **Analfistel** ist ein röhrenförmiger Kanal, der meist zwei Öffnungen hat, eine primäre Öffnung im Analkanal und eine sekundäre in der Haut. Ist ►

Anzeige

TIPP DES MONATS:

## Richtig platzieren = maximal profitieren!

Nutzen Sie das Potential von Deutschlands Schlankheitsmittel Nr. 1. Durch eine optimale Platzierung können die formoline Umsätze um erstaunliche **+54%** erhöht werden.

Der Weg dahin ist ganz einfach:

- ✓ platzieren Sie formoline im Freiwahlbereich auf Augenhöhe
- ✓ erhöhen Sie die Produktwahrnehmung durch eine Zweitplatzierung auf dem HV-Tisch
- ✓ empfehlen Sie formoline aktiv. Ein Produkt, dem Sie und Ihre Kunden vertrauen können.



Hungerbremse

Homöopathisches  
Arzneimittel



► die Fistel akut entzündet, so tritt eitrig-seröses Sekret oder Blut aus. Meist ist die Analfistel die Folge eines nicht abgeheilten Abszesses im Analbereich.

**Darmdivertikel** sind Ausstülpungen der Darmschleimhaut. Sie treten vor allem an strukturell schwachen Stellen auf, das können beispielsweise Gefäßlücken in der Darmwand sein. Etwa 90 Prozent findet man in den unteren Dickdarmabschnitten. Normaler-

Das **Analkarzinom** ist ein bösartiger Tumor im Analkanal. Es kann durch humane Papillomaviren ausgelöst werden oder die Folge anderer sexuell übertragbarer Krankheiten, wie AIDS oder Genitalherpes sein. Risikofaktoren sind die chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen Morbus Crohn und Colitis ulcerosa. Analkarzinome neigen zu frühzeitiger Metastasierung.

den Druck auf die Hämorrhiden. Daneben ist eine sorgfältige Hygiene in der Analregion wichtig. Nach dem Stuhlgang sollte der After mit lauwarmem Wasser ohne Seife gereinigt und vorsichtig trocken getupft werden. Das Toilettenpapier darf nicht zu hart sein, sonst reizt es die Afterregion. Angefeuchtete Einmalwaschlappen sind gut geeignet, sogenannte Feuchttücher können durch enthaltene Hilfsstoffe zu

hin, beispielsweise auf ein Magengeschwür. In jedem Fall ist es notwendig, vom Kunden wichtige Informationen zu erhalten, um die richtigen Empfehlungen geben zu können. Wenn der Betroffene noch nicht beim Arzt war, dürfen Sie ihm zwar etwas zur Linderung der Beschwerden mitgeben, müssen ihn aber darauf hinweisen, dass er möglichst bald zu Untersuchung gehen soll.

### HÄMORRIDENFREUNDLICHE ERNÄHRUNG

Weisen Sie Ihre Kunden darauf hin, wie wichtig es ist, ballaststoffreich zu essen und auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten. Reicht eine Ernährungsumstellung alleine nicht aus, können Sie die tägliche Einnahme von Quellmitteln, wie Flohsamen oder Leinsamen, empfehlen. Dies sorgt für einen regelmäßigeren Stuhlgang und hält den Stuhl weich. Eine ausreichende Menge weichen Stuhls im Rektum bewirkt durch die reflektorische Abnahme des Tonus des inneren Schließmuskels eine Senkung des Ruhedrucks im Analkanal. Dadurch wird der Blutabfluss aus den Hämorrhiden erleichtert.

weise machen Divertikel keine Probleme, sie können sich jedoch entzünden, bluten und starke Schmerzen verursachen. Sind zahlreiche solcher Darmdivertikel vorhanden, spricht man von einer Divertikulose. Entzünden sie sich, handelt es sich um eine Divertikulitis.

**Feigwarzen** oder Kondylome sind kleine, stecknadelkopfbis mehrere Zentimeter große, gutartige Gewebswucherungen. Manchmal können sie auch zu blumenkohlartigen Gebilden zusammenwachsen. Häufige Begleiterscheinungen sind Juckreiz und Nässen. Feigwarzen werden durch eine Infektion mit humanen Papillomaviren hervorgerufen. Man findet sie meist in großer Zahl an den Geschlechtsteilen, am After und im Enddarm. Sie gehören zu den häufigsten sexuell übertragbaren Krankheiten. Bestimmte HPV-Typen können zu Krebs der Geschlechtsorgane und des Afters führen.

**Jedes Stadium ist therapierbar** Hämorrhiden der ersten beiden Stadien lassen sich gut im Rahmen der Selbstmedikation mit geeigneten Salben und Zäpfchen und zusätzlich diätetisch behandeln. So kann das weitere Fortschreiten der Erkrankung zumindest verlangsamt werden. Operiert werden üblicherweise nur die Stadien III und IV. Selbst nach einer Operation ist das Ernährungsverhalten wichtig, sonst kann das Leiden erneut auftreten. Die Basis jeder Hämorrhidentherapie ist allerdings richtiges Stuhlverhalten und eine gute Anahygiene. Lange Sitzungen auf der Toilette mit starkem Pressen sollten unbedingt vermieden werden, denn dies führt zu einem erhöhten Druck auf die Hämorrhiden. Unterstützen kann man dies durch Bewegung und sportliche Betätigung. Übergewichtige sollten versuchen, ihr Normalgewicht zu erreichen, auch dies vermindert

Reizungen führen. Zu flüssiger Stuhl hat übrigens ebenfalls einen ungünstigen Einfluss. Er führt zu Schleimhautirritationen und kann die Symptome eines bestehenden Hämorrhidalleidens verstärken.

**Topische Behandlung** Wenn Sie in der Apotheke Kunden zum Thema Hämorrhiden beraten, ist es wichtig, dieses Thema mit viel Fingerspitzengefühl anzugehen. Manche Kunden möchten gar nicht darüber reden, andere sind verunsichert, weil sie vielleicht Blut in der Wäsche, auf dem Toilettenpapier oder auf dem Stuhl entdeckt haben. Sie befürchten vielleicht, an Darmkrebs erkrankt zu sein. Raten Sie zum Arztbesuch, aber erklären Sie ihnen, dass hellrote Blutauflagerungen in den meisten Fällen von Hämorrhiden oder Analfissuren stammen. Schwarzer Stuhl deutet auf eine Blutung im oberen Magen-Darm-Trakt

Generell stehen Salben, Cremes, Zäpfchen und Zäpfchen mit Mulleinlage zur Verfügung. Die apothekenpflichtigen Hämorrhidenmittel enthalten als Wirkstoffe Lokalanästhetika wie Lidocain und Quinisolocain oder entzündungshemmende und adstringierende Substanzen wie Hamamelisextrakt oder basisches Bismutgallat. Auch Rosskastanienextrakt und Zinkoxid werden eingesetzt. Lidocain gilt als Wirkstoff der ersten Wahl in der Selbstmedikation. Es wirkt schmerzlindernd sowie juckreizstillend und dient der schnellen Hilfe bei akuten Beschwerden. Die Wirkung tritt innerhalb weniger Minuten ein. Lidocain steht in Form von Salben oder Zäpfchen zur Verfügung und eignet sich für die Behandlung akuter Beschwerden von Hämorrhidalleiden ersten und zweiten Grades. Die adstringierenden Substanzen haben keine schmerz- und juckreizstil-

NEU für Ihre Apotheke

gsk

# Verdeckt und schützt den Lippenherpes Ihrer Kunden.

Empfehlen Sie das neue

## Zoviprotect®

Wirkstofffreies transparentes Lippenherpes-Patch

-  Bildet dank der **MicroAir-Technologie** ein ideales Wundheilungsumfeld
-  Hilft Krusten und Schorfbildung zu verhindern
-  **Ultradünn** und unauffällig
-  Kann mit Make-up **abgedeckt** werden
-  Hält bis zu **12 Stunden**



Von GSK, dem Hersteller von Zovirax® Lippenherpescreme  
\*IMS: Markt für Lippenherpes, Share MAT Juli 2015

**Fachinformation Zovirax® Lippenherpescreme 5 % Aciclovir.** Wirkstoff: Aciclovir. **Zusammensetzung:** 1 g Creme enthält: Aciclovir 50 mg sowie Cetylstearylalkohol (Ph. Eur.), Natriumdodecylsulfat, dickflüssiges Paraffin, Glycerolmonostearat, Macrogolstearat 100, Poloxamer 407, Propylenglycol, weißes Vaseline, Dimeticon 20, gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete:** Zur lindernden Therapie von Schmerzen und Juckreiz sowie zur Beschleunigung der Krustenbildung beim natürlichen Heilungsverlauf von akuten Episoden wiederholt auftretender Lippenbläschen (rezidivierender Herpes labialis). **Dosierung:** Creme 5-mal täglich alle 4 Stunden tagsüber dünn auf die infizierten und die angrenzenden Hautbereiche auftragen. Eine Behandlungsdauer von 10 Tagen sollte nicht überschritten werden. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegenüber Aciclovir, Valaciclovir, Propylenglycol oder einem der sonstigen Bestandteile. **Besondere Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Zovirax® Lippenherpescreme darf nicht auf Schleimhäute (z. B. in der Mundhöhle, am Auge oder in der Scheide) aufgetragen werden, da sonst mit lokalen Reizerscheinungen zu rechnen ist. Bei Vorliegen von schweren Störungen der körpereigenen Immunabwehr oder schweren Verlaufformen von rezidivierendem Herpes labialis ist diesbezüglich vor Behandlungsbeginn ein Arzt zu konsultieren.

**Nebenwirkungen:** Gelegentlich: vorübergehendes Brennen oder Stechen auf den behandelten Hautabschnitten. Eintrocknung, Juckreiz und Abschuppung der behandelten Haut. **Selten:** Erythem, Kontaktdermatitis. Eine Kontaktdermatitis ist daran zu erkennen, dass die oben genannten Nebenwirkungen verstärkt auftreten und über die mit der Creme behandelten Hautabschnitte hinausgehen. **Sehr selten:** Überempfindlichkeitsreaktionen vom Soforttyp einschließlich Angioödem.

**Weitere Informationen siehe Fachinformation.**

Nebenwirkungsmeldungen richten Sie bitte ggf. an 0800/6645626 oder [unternehmen@gsk-consumer.de](mailto:unternehmen@gsk-consumer.de)  
GlaxoSmithKline Consumer Healthcare GmbH & Co. KG, Bußmatten 1, D-77815 Bühl

von  
**ZOVIRAX®**  
Lippenherpescreme  
der Nummer 1 bei  
Lippenherpes\*



[www.zoviprotect.de](http://www.zoviprotect.de)



► lende Wirkung. Sie wirken jedoch blutstillend und entzündungshemmend.

Verschreibungspflichtige Präparate enthalten das Lokalanästhetikum Cinchocain oder eines der entzündungshemmend wirkenden Glukokortikoide Hydrokortisonacetat, Prednisolonacetat, Flucortolonpivalat und Fluocinonid. Cinchocain wird wegen seiner starken Wirkung gerne nach Operationen verordnet. Es zeichnet sich durch einen raschen Wirkungseintritt und eine lang anhaltende Wirkung aus. Die Glukokortikoide hemmen die Entzündung und wirken auf diese Weise auch sehr gut juckreizstillend. Sie werden sowohl in Salben als auch Zäpfchen häufig mit Lidocain kombiniert.

Mal täglich bevorzugt nach dem Stuhlgang angewendet. Vorher sollte der Afterbereich vorsichtig gereinigt werden. Sinnvoll ist es auch, beschwerdefreie Zeiten oder die Phase nach einer Operation in die Behandlung mit einzubeziehen. Wenn die Analregion mit einem geeigneten Präparat gepflegt wird, erhöhen sich die Elastizität und die Widerstandsfähigkeit der empfindlichen Haut. So kann sich zum Beispiel ein Hautschutzkomplex aus Jojobawachs, gelbem Bienenwachs und Cetylstearylisononanoat über die erkrankte Region legen und vor erneuter Reizung, schützen. Auch Analvorlagen sind geeignet zur umfassenden Analhygiene und gegen Verschmutzungen der Wäsche.

dehner. Denn sonst kann daraus ein Teufelskreis entstehen. Durch den verkrampften Schließmuskel ist stärkeres Pressen nötig, was wiederum den Riss vergrößern kann und zu stärkeren Schmerzen führt. Mit dem Analdehner kann auch Salbe in den After eingebracht werden.

## Veröden oder Abbinden

Kleine und mittelgroße Hämorrhiden der Stadien I bis II können vom Arzt verödet werden. Bei dieser als **Sklerotherapie** bezeichneten Methode werden gewebeirritierende Arzneistoffe, beispielsweise Polidocanol- oder Zinkchloridlösung, unter die Schleimhaut gespritzt. Dies erzeugt eine lokale Entzündung mit nachfolgender Gewebeschrumpfung. So wird die Blutzufuhr gedrosselt und das Hämorrhoidalpolster verkleinert sich. Komplikationen sind selten und meist die Folge einer falschen Injektionstechnik. Bei Hämorrhiden ersten und zweiten Grades liegt die Erfolgsquote bei 50 bis 75 Prozent. Die Komplikationsrate ist mit weniger als einem Prozent gering, die Rezidivquote nach drei Jahren mit 68 Prozent jedoch hoch. Hämorrhiden dritten Grades lassen sich nicht mehr veröden, da sich die Gefäßknoten jetzt nach außen wölben und die Darmschleimhaut aus dem After austritt.

Die **Gummibandligatur** ist wahrscheinlich das älteste Behandlungsverfahren des Hämorrhoidalleidens und in einfacherer Form schon aus dem Mittelalter bekannt. Dabei wird die Analschleimhaut an der Basis des Hämorrhoidalknotens mit einer Pinzette oder mittels Vakuum in einen Applikator gesaugt und mit einem Gummiring abgebunden. So wird die Blutzufuhr unterbrochen und das Gewebestück

stirbt ab. Nach etwa zehn Tagen wird der inzwischen nekrotische Knoten, meist mit etwas Blut, abgestoßen. Das zurückbleibende Geschwür heilt innerhalb weniger Wochen ab. Richtig durchgeführt ist die Methode schmerzarm, der Patient verspürt nur ein leichtes Kneifen. Schmerzen können aber auftreten, wenn zusätzlich zur Schleimhaut darunter liegende Muskulatur mitabgebunden wird. Indiziert ist die Gummibandligatur vor allem bei Hämorrhiden ersten und zweiten Grades. Bei höhergradigen Hämorrhiden, die bereits aus dem After austreten, bleibt meist nur die Operation. Es besteht sonst die Gefahr, dass sich das Gewebe infiziert und ein Abszess oder eine Fistel entsteht. Die Erfolgsquote der Gummibandligatur beträgt bei Hämorrhiden zweiten Grades nach fünf Jahren etwa 77 Prozent. Allerdings bleiben häufig hygienisch störende Marisken zurück, die bei Bedarf chirurgisch entfernt werden können.

## Linderung zum Einnehmen

Neu ist orales Therapeutikum aus 300 Milligramm pulverisierten roten Weinrebenblättern in Hartkapseln. Die Polyphenole des Weinlaubs haben eine entzündungshemmende und gefäßabdichtende Wirkung. Sie können alleine oder in Kombination mit Externa angewendet werden und sollen bei regelmäßiger Einnahme zu längerer Beschwerdefreiheit führen. ■

Sabine Breuer  
Apothekerin/Redaktion

## WELCHER SPORT IST GEEIGNET?

Wandern, Schwimmen, Radfahren und Gymnastik belasten den Beckenboden nicht wesentlich und wirken vorbeugend gegen Hämorrhiden. Tennis, Joggen, Aerobic und Krafttraining sind dagegen Sportarten, die sich auf vergrößerte Hämorrhiden ungünstig auswirken, da der Druck auf den Beckenboden deutlich verstärkt wird. Vermeiden sollte man auch das Heben und Tragen schwerer Gegenstände im Alltag.

Hämorrhidensalben werden äußerlich mit der Hand auf das entzündete und juckende Areal aufgetragen und/oder mithilfe eines Applikators in den Analkanal eingebracht. Zäpfchen mit Mulleinlage haben im Vergleich zu normalen Zäpfchen den Vorteil, dass der Wirkstoff kontinuierlich über Stunden direkt am Ort der Erkrankung freigesetzt wird. Durch die Mulleinlage kann ein verrutschtes Zäpfchen auch wieder richtig platziert werden. Hämorrhidensalben oder -zäpfchen werden generell ein- bis drei

Früher wurden häufig Analdehner verordnet, um vergrößerte Hämorrhiden zu behandeln. Heute weiß man, dass sie nichts gegen die Vergrößerung der Gefäßpolster ausrichten können. Sie kommen bei Hämorrhiden höchstens begleitend zum Einsatz. Sinnvoll sind sie dann, wenn sich der Schließmuskel verengt hat, beispielsweise bei ständig zu flüssigem Stuhl. Auch bei einem Schließmuskelkrampf, wie er zum Beispiel bei einer Analfissur durch den ständigen Schmerz auftreten kann, eignet sich ein Anal-



### Mitmachen und punkten!

	A	B	C
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Einsendeschluss ist der  
31. März 2016.

DIE PTA IN DER APOTHEKE  
Stichwort: »Hämorrhiden«  
Postfach 57 09  
65047 Wiesbaden

Oder klicken Sie sich bei  
[www.pta-aktuell.de](http://www.pta-aktuell.de)  
in die Rubrik Fortbildung.  
Die Auflösung finden Sie dort  
im nächsten Monat.

Unleserlich, uneindeutig oder unvollständig ausgefüllte Fragebögen können leider nicht in die Bewertung einfließen, ebenso Einsendungen ohne frankierten/adressierten Rückumschlag.



## HÄMORRIDEN

In dieser Ausgabe von DIE PTA IN DER APOTHEKE 03/2016 sind zum Thema zehn Fragen zu beantworten. Lesen Sie den Artikel, kreuzen Sie die Buchstaben der richtigen Antworten vom Fragebogen im nebenstehenden Kasten an und schicken Sie diesen Antwortbogen zusammen mit einem adressierten und frankierten Rückumschlag an unten stehende Adresse. Oder Sie klicken sich bei [www.pta-aktuell.de](http://www.pta-aktuell.de) in die Rubrik Fortbildung und beantworten den Fragebogen online. Wer mindestens acht Fragen richtig beantwortet hat, erhält in der Kategorie 7 (Bearbeitung von Lektionen) einen Fortbildungspunkt. Die Fortbildung ist durch die Bundesapothekerkammer unter BAK 2015/348 akkreditiert und gilt für die Ausgabe 03/2016.

Ihr PTA  
Fortbildungs-  
punkt

Ihr Fortbildungspunkt zum Thema

Datum

Stempel der Redaktion

### Absender

Name

Vorname

Beruf

Straße

PLZ/Ort

Ich versichere, alle Fragen selbstständig und ohne die Hilfe Dritter beantwortet zu haben.

Datum/Unterschrift