



## Beratungsleitfaden

# Hämorrhoiden

### Definition:

Bei Hämorrhoiden handelt es sich um ringförmig angeordnete Gefäßpolster am Ausgang des Enddarms. Ihre Funktion ist es – zusammen mit dem Schließmuskel – sicherzustellen, dass der Darm nach außen richtig schließt. Spricht man von Hämorrhoiden, sind in der Regel vergrößerte Hämorrhoiden gemeint.

### Hämorrhoiden werden klinisch in 4 Grade eingeteilt:

<b>Grad I</b>	Hämorrhoiden können nur bei der proktologischen Untersuchung gesehen werden, treten beim Pressen nicht nach außen.
<b>Grad II</b>	Hämorrhoiden treten beim Pressen nach außen, ziehen sich aber spontan wieder in den Analkanal zurück.
<b>Grad III</b>	Hämorrhoiden treten beim Pressen nach außen und müssen mit dem Finger zurückgedrängt werden.
<b>Grad IV</b>	Hämorrhoiden treten nach außen und können nicht mehr zurückgedrängt werden.

### Symptome:

Typische Symptome sind Juckreiz, Nässen, Brennen am After sowie schmerzlose Blutungen während oder kurz nach dem Stuhlgang. Vergrößerte Hämorrhoiden können auch aus dem After heraustreten und als weiche Knoten sichtbar werden (Hämorrhoidal-Prolaps).

### Fragen für das Beratungsgespräch:

Welche Symptome haben Sie bemerkt? Seit wann bestehen die Symptome und gibt es spezifische Auslöser für die Beschwerden? Haben Sie bereits versucht, Ihre Beschwerden selbst zu behandeln? Haben Sie früher schon einmal Hämorrhoiden gehabt?

### Wann zum Arzt?

Bei ausgeprägteren Beschwerden, insbesondere bei Blut im Stuhl.

### Therapieoptionen in der Apotheke:

Leichtgradige Hämorrhoiden können zunächst selbst behandelt werden. Neben Zäpfchen und Salben sollten unterstützend **leichte Abführmittel wie Macrogol** (z. B. Movicol® 1–2 Beutel/Tag) sowie **Flohsamenschalen** (z. B. Metamucil® 1–3 Beutel/Tag) eingenommen werden, um den Stuhl weich zu halten. Welche Salben bzw. Zäpfchen sind bei welchen Beschwerden empfehlenswert?

Symptome	Präparatbeispiele	Inhaltsstoffe
Nässen, Brennen, Juckreiz	Hametum®, FAKTU® lind	Destillat aus Hamamelisblättern und -zweigen
	Mastu®	Basisches Bismutgallat, Titandioxid
Schmerzen und Juckreiz	Posterisan® akut	Lidocain
Reizungen	Posterisan® protect	Jajoba-Öl, gelbes Bienenwachs, Cetylstearylisononanoat

→ Zäpfchen dürfen nicht zu tief in den After eingeführt werden, damit sie nicht ins Rektum rutschen.

### Zusatztipps:

Es sollte auf gesunde Toilettengewohnheiten hingewiesen werden: Toilettengang nicht hinauszögern und nicht zu lange auf der Toilette sitzen bleiben. Außerdem ist eine ausreichende Ballaststoff- und Flüssigkeitszufuhr (1,5–2 Liter/Tag) sowie viel Bewegung wichtig, um eine Verstopfung zu vermeiden.