

HEMOROIDY

Hemoroidy je název pro onemocnění konečníku, který pochází z řečtiny, znamená krvácení v této oblasti (haima – krev, rhein – téci). V češtině se používá název zlatá žíla, ale příliš se neujal.

Hemoroidy jsou staré jak lidstvo samo. Již v egyptských papyrech se dočteme o onemocnění konečníku, z nichž jistě byly hemoroidy nejčastější. Faraon měl na péči o konečník svého lékaře. Ve starověku také Řekové i Římané měli již zrcátko, kterým byla onemocnění řiti a konečníku vyšetřována. Tímto onemocněním byly asi většinou hemoroidy a jejich komplikace.

Protože onemocnění je lokalizováno v tabuizované a choulostivé oblasti, nemocní se ostýchají a bojí vyhledávat lékaře. Proto většinou získávají rady od svých známých nebo četbou populární či odborné literatury. Těmto pacientům je určeno následující poučení.

Co jsou to hemoroidy?

Hemoroidy jsou jedno z nejčastějších onemocnění konečníku. **Jsou to rozšířené žilní pleteně uvnitř řitního kanálu a ve sliznici dolní části konečníku viz obrázek č.1.** Jednoduše můžeme říci, že pokud jsou viditelné zevně, nazýváme je **hemoroidy zevní**, pokud viditelné nejsou, jedná se o **hemoroidy vnitřní**, které většinou vyhřezávají řitním kanálem navenek. **Rozšířené úseky žil ve sliznici konečníku se při zvýšeném tlaku v konečníku (na stolici) dostávají mimo konečník**, kde je možno je nahmatat jako viditelné uzle. Po stolici se většinou zase v krátké době vrací zpět. Někdy je však třeba použít k jejich vpravení zpět prstu, případně je již nelze zatlačit vůbec. Pokud zůstává vyhřezlá část konečníku mimo řitní otvor trvale a navíc ještě bolí, je v tomto případě návštěva lékaře nezbytná.

Výskyt

Onemocnění hemoroidy je velice časté až 70% lidí starších 30 let má potíže. Příčiny, které mohou zvýšit riziko vzniku hemoroidální nemoci jsou tyto:

- **nekonzistentní stolice (chronická zácpa, průjmy)**
- **genetická zátěž**
- **sedavé zaměstnání**
- **těhotenství, porod**
- **onemocnění jater**
- **alkohol, kořeněná jídla, nízký obsah vlákniny ve stravě**

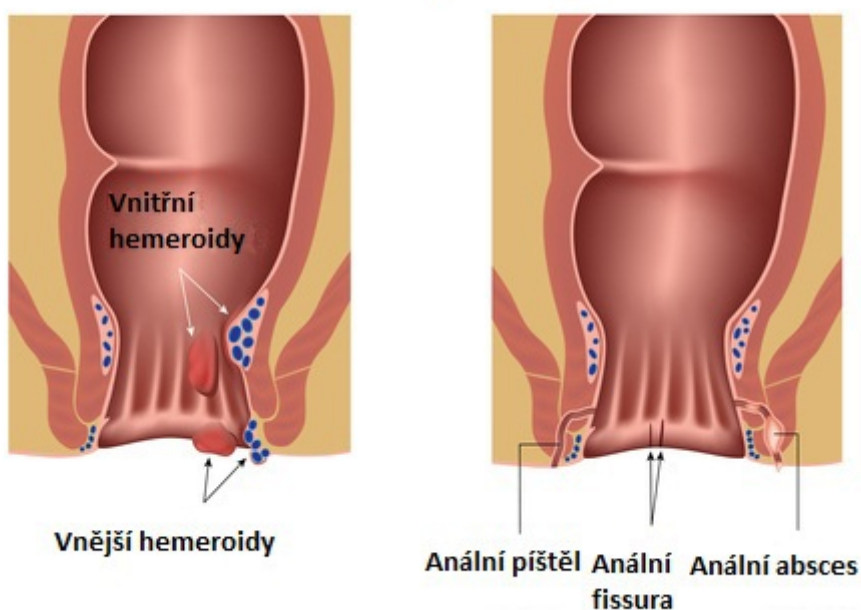
Obtíže s hemoroidy se vyskytují v každém věku. Příčinou vzniku hemoroidální nemoci je především sedavý způsob života, strava s nízkým obsahem vlákniny, zácpa, nedostatek tekutin. Mladé ženy někdy toto onemocnění potrápí v době těhotenství, porodu a po porodním období. U některých celkových onemocněních

jsou hemoroidy častější, tak např. u jaterních chorob. Výskyt hemoroidálních potíží je způsoben jak genetickým zatížením, tak i v důsledku narušené defekace. V podstatě se dá říci, že v souvislosti se zvýšeným tlakem v konečniku nedojde k dostatečnému roztažení a relaxaci análního – řitního kanálu a sliznice jsou při průchodu stolice vystaveny zesílenému traumatu.

Dalšími poruchami v oblasti konečniku může být anální píštěl, anální fissura – trhlina nebo absces – zánětlivé ložisko viz. obrázek.

obr.č.1.

Anální poruchy



Příznaky - potíže

Charakteristickými příznaky jsou **krvácení, bolest a zánět okolní kůže, který se projevuje většinou svěděním**. Krvácení z hemoroidů se většinou objevuje v podobě kapek sytě jasně červené krve, která zůstává na stolici nebo na toaletním papíře. Někdy je krvácení dlouhodobé a časté a nemocný nemá kromě nich žádné jiné potíže. Najednou se mu začne špatně dýchat a pociťuje únavu. Je to známkou chudokrevnosti, která vzniká nadměrnou ztrátou krve a s ní i železa. Tato situace však nastává velmi vzácně. Za prostým krvácením se mohou skrývat závažnější choroby, jako jsou nádory konečniku a řiti nebo záněty konečniku a střeva. Proto při náhlém krvácení a při jeho opakovaném výskytu, zvláště u osob nad 50 let, je nezbytné navštívit lékaře, aby byla odhalena pravá příčina krvácení. Na druhé straně nutno říci, že výskyt hemoroidů není v přímé souvislosti s těmito onemocněními.

Vyšetření

Vyšetření hemoroidů provádí lékař pohledem, prstem a **pomocí anoskopu nebo rektoskopu**. Anoskop je přibližně deset centimetrů dlouhá trubička, dalekohled, kterým lékař pozoruje změny konečníku. Rektoskop se liší od anoskopu délkou, v tomto případě je možno vyšetřovat 15 až 20cm konečníku. Přitom lze provádět různé drobné chirurgické zákroky, odebírat vzorky tkáně na vyšetření, stavět krvácení a další.

Komplikace a léčba

- **krvácení**
- **trombotizace uzlu**
- **křečovitě sevření svaloviny řitního otvoru**
- **zánět kůže okolí konečníku**

Nejčastější komplikací hemoroidů je **krvácení**, které postihuje většinu pacientů s tímto onemocněním. Jiná komplikace je náhle vzniklá bolest v řiti, která se dostavuje většinou v noci a je spojená s nucením na stolicí, ovšem bez úspěchu. Při pohmatu řitního otvoru ucítíme bolestivou bulku, která má namodralou barvu. Je to podobné jako u žil na dolních končetinách, dochází v této oblasti **k zánětlivé trombóze** (ucpání žíly sraženinou). Pacienta tento stav vyleká a většinou brzy navštíví lékaře, který ho vyšetří a uklidní, že nejde o žádné nádorové onemocnění. Náprava takového stavu spočívá buď v léčbě konzervativní, nebo lékař navrhne operační řešení. Operační zákrok spočívá v odstranění krevní sraženiny (trombu) v lokální anestezii. Konzervativní léčba směřuje hlavně k úlevě od bolesti, a zmenšení trombozovaného uzlu. K tomuto jsou doporučovány **sedací bylinkové koupele**. Nejvhodněji působí omývání a sedací koupel konečníku v heřmánku, dubové kůře. Zásadně nepoužíváme ani vody ledové ani vařící, protože vedou ke **křečovitému sevření svaloviny svěrače** a to je velmi bolestivé. Velmi vhodné je použití vlažné sprchy, jejíž několikaminutový proud působí na zlepšení krevního průtoku v zanícené žíle. V lékárnách jsou dostupné protizánětlivé masti, které mají za cíl zklidnit zánětlivý proces, v období mimo působení lázně. Zásadní komplikace onemocnění hemoroidy je **zánětlivá reakce kůže v okolí konečníku**, v důsledku nedostatečné hygieny. Vysvětlení je, že v blízkosti řitního otvoru jsou žlázy, kde se mohou usídlit mikroby, kvasinky, plísně a ty mohou způsobit porušení obranyschopnosti kůže. Tento stav vede ke zvýšenému svědění a kožní vyrážce až mokvajícím výsev. Hlavním lékem je dostatečná hygiena po každé stolici, používání bidetů, sprchy. Je-li znemožněna hygiena sprchování po stolici např. při cestování, v zaměstnání, je možné použít vlhčené ubrousky k denní hygieně.

Léčba hemoroidů spočívá v odstranění rozšířených žilních pletení chirurgicky a to ambulantními výkony nebo plánovanými operačními výkony v celkové anestezii. Ambulantně se osvědčilo odstraňování uzlů pomocí tzv. gumičkování – kdy je vyhrězlá pleteň vnitřních hemoroidů zaškrčená gumičkou a po několika dnech

odpadne a vyjde se stolicí. Jiný způsob je ošetření hemoroidů teplem za použití hemoronu – přístroje, který pomocí elektrod odloučí uzle. Tato odstraňování uzlů ambulantně je nutno opakovat s odstupem několika týdnů, protože většinou nelze odstranit všechny uzle najednou. Zákroky probíhají bez rizika a s dobrým výsledkem.

Léčba spočívá také v podávání medikamentů, léků celkových s účinkem na žilní stěnu pleteně konečníku. Po ordinaci lékaře existují k lokálnímu použití medikamenty čípky a masti k utlumení obtíží spojených s hemoroidy.

Prevence

Preventivní opatření jistě nezamezí vzniku onemocnění hemoroidů, ale jistě pomohou zmírnit obtíže s nimi spojené. To znamená docílit toho, aby příznaky onemocnění byly co nejkratší a co nejméně bolestivé.

- **Pravidelná stolice**
- **Zdravý životní styl, strava, aktivní pohyb**
- **Dostatečná hygiena po stolici**
- **Dostatečný denní příjem tekutin**

Na prvním místě jde o **pravidelnou stolici** (1 krát denně) a odstranění zácpy. Tomu jde naproti vhodné složení stravy a dostatek tělesného pohybu. Používání projímadel není vhodné, zvláště v době obtíží. Zásadní vliv na činnost střev a krevní oběh v oblasti konečníku má **aktivní tělesný pohyb**. Důraz je kladen na pacienty se sedavým zaměstnáním, jako jsou řidiči, pokladní, úředníci, ti by měli aktivně sportovat několikrát v týdnu. Velmi účinné je plavání, které přispívá ke zlepšení konečnickového oběhu. V prevenci vzniku onemocnění střev a konečníku zásadně působí **složení stravy a obsah vlákniny, je obecně považována za prospěšnou**, pro prevenci různých onemocnění, jako je nádory střev, zácpa, záněty střev, konečníku a hemoroidy. **Vláknina zvětšuje obsah střev** a působí jako kartáč, který zabraňuje vstřebávání nevhodných látek do krve. Vláknina je v podobě rozpustné formy a nerozpustné formy. Ovoce a zelenina je forma rozpustná obsahuje pektiny a celulózu. Celozrnné pečivo, luštěniny – hrách, čočka, fazole je forma vlákniny nerozpustná, tyto mají navíc velký obsah rostlinných bílkovin a řadu nutričních látek. Nutno dodat, že je potřeba dostatečně přijímat vodu, což je 2 až 3 litry denně na dospělé osobu, aby tato nerozpustná vláknina nezpůsobila právě obávanou zácpu. Nevhodné zvláště při akutních potížích jsou dráždivé potraviny a pochutiny, alkohol, káva a kouření.

Vypracovala:

Mgr. Olga Šefčíková

Vedoucí sestra ambulance SOLF OO

28.2.2018

Použitá literatura:

1. Kment Milan, SZÚ Praha, leták Hemoroidy 1997
2. Vlček P., Korbička J., Diviš P., et al, Co nového v léčbě hemoroidů. Med Prax 2010;
3. <https://www.tribune.cz/clanek/17736>