

# Das heimliche Leiden

**Bufexamac-haltige Hämorrhoidenmittel dürfen nicht mehr abgegeben werden. Es gibt aber auch andere Präparate für die Selbstmedikation.**

**S**chätzungen zufolge entwickelt jeder zweite Erwachsene vergrößerte Hämorrhoiden, aber nur jeder zwanzigste traut sich damit zum Arzt – den meisten ist das Thema einfach peinlich. Sie suchen dann erstmal die Apotheke auf, sodass hier Ihr kompetenter Rat gefragt ist.

**Häufigstes Anzeichen** Hämorrhoiden fallen oft lange Zeit gar nicht auf – und wenn, dann zumeist durch schmerzlose anale Blutungen. Dabei wird das hellrote Blut im Stuhl häufig gar nicht bemerkt, sondern erst Spuren im Slip oder auf dem Toilettenpapier. Andere typische Symptome sind Juckreiz, Brennen und Nässen im Bereich um den After und Spuren von Stuhl in der Unterwäsche. Diese Merkmale entstehen durch eine gestörte Feinkontinenz mit schleimiger Sekretion – das reizt die Haut. In späteren Stadien können Druck- und Fremdkörpergefühle sowie Schmerzen dazukommen.

**Selbstbehandlung** Ihrem Kunden können Sie als wichtige Basis der Therapie empfehlen, seine Ernährung und Darmentleerung zu optimieren. Das empfiehlt auch die Leitlinie der Deutschen Koloproktologie-Gesellschaft. So können Vollkornprodukte und ballaststoffreiche Rohkostsalate den Stuhlgang anregen. Abführmittel dagegen sehen viele Ärzte nicht gerne – der Patient sollte vielmehr genug Flüssigkeit trinken. Scharfe Gewürze können im Einzelfall die Analschleimhaut reizen und sollten dann eingeschränkt werden – genau wie stopfende Nahrungsmittel, etwa Schokolade. Außerdem wirkt sich Bewegung positiv aus, besonders Beckenboden-entlastende Sportarten wie Schwimmen.

Eine medikamentöse Behandlung ändert zwar nichts an der Hämorrhoiden-Problematik, kann aber helfen, die Symptome zu lindern. In Betracht kommen Bufexamac-freie Präparate als Salben oder Gele – etwa mit Lo-

kalanästhetika wie Polidocanol oder Lidocain, die neben den Schmerzen auch den Juckreiz lindern. Verfügbar sind auch entzündungshemmende Mittel oder Adstringenzien, die Blutgefäße zusammenziehen – basisches Bismutgallat etwa gibt es auch kombiniert mit einem Lokalanästhetikum. Ein Polysaccharidkomplex aus Aloe barbadensis kann als kühlendes und schützendes Gel infektiöse Keime aus der Fäzes am Kontakt mit der gereizten Schleimhaut hindern. Astringierend und den Juckreiz lindernd wirken auch Wirkstoffe aus Zaubernuss und Eichenrinde, abgetötete Escherichia coli Bakterien sollen das Immunsystem stimulieren.

**Wichtig für Ihre Beratung** Denken Sie daran, dass hinter vielen Symptomen, die auf vergrößerte Hämorrhoiden zutreffen, auch andere proktologische Erkrankungen stecken können, schlimmstenfalls sogar Darmkrebs. Fragen Sie Ihren Kunden deshalb immer, ob seine Beschwerden schon ärztlich abgeklärt wurden. Denn bei Hämorrhoidalleiden sollte vor Beginn einer Selbstmedikation ein Arzt andere Ursachen ausschließen. Als geeignete Fachärzte können Sie ihm zum Beispiel Koloproktologen und Gastroenterologen empfehlen – Adressen von Experten finden Sie auf der Seite des Berufsverbandes der Coloproktologen Deutschlands e.V. [www.coloproktologen.de](http://www.coloproktologen.de). ■

*Helga Brettschneider,  
Medizinjournalistin*



© technotr / www.iStockphoto.com