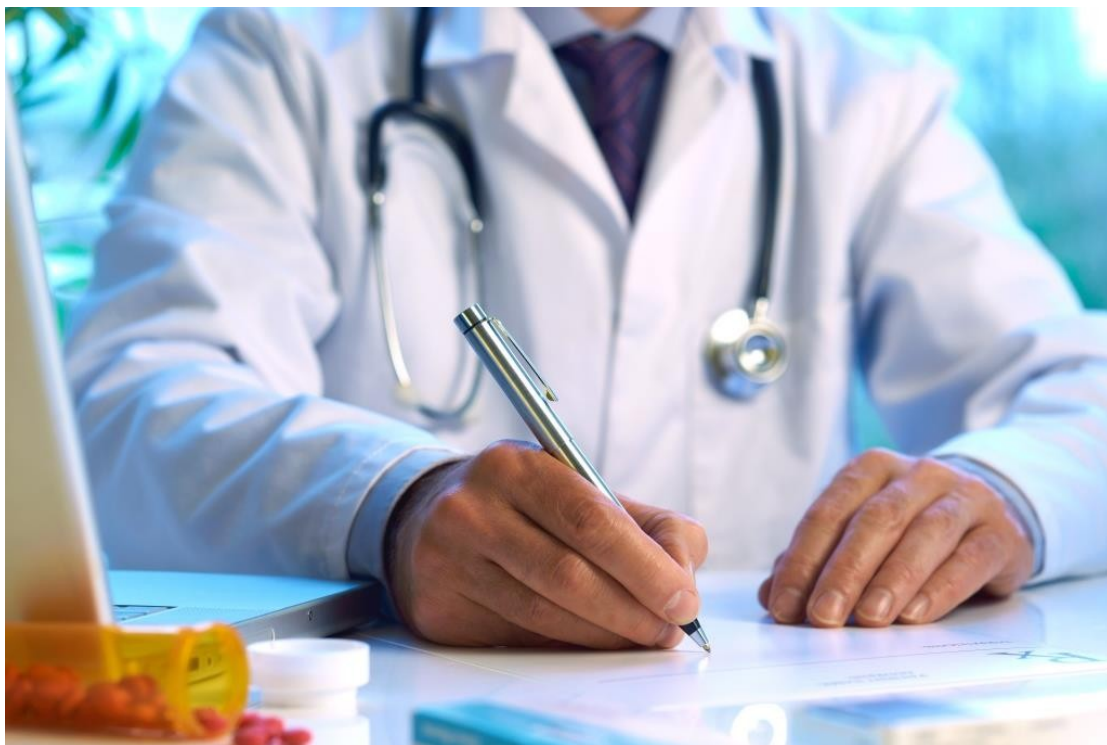


Press kit

Vše podstatné o hemoroidech na jednom místě



Problémy měli i staří Egypťané

První záznamy o problémech s hemoroidy se objevují již v Chammurapiho zákoníku z Mezopotámie a starověkého Egypta. Ten uvádí, že každý egyptský faraon měl svého „strážce konečníku“, což byl odborný lékař, který se staral o vládcovo zdraví. V případě jakýchkoliv problémů v oblasti konečníku použil strážce osvědčené metody, jak faraonovi pomoci. Mezi způsoby léčby patřilo například: vykuřování útrov pomocí vonných olejů či aplikace čípků z ovčí vlny, smočených ve zvířecí žluči, které měly podpořit vyprazdňování.

Jednou z prvních operací hemoroidů byl zákrok z roku 1686 provedený na Ludvíku XIV., kterého operoval lékař Charles F. Fénix. Problémy s hemoroidy ale údajně trpěl i slavný vojevůdce Napoleon Bonaparte, který se dle některých historiků vinou tohoto onemocnění nemohl zcela soustředit na průběh bitvy u Waterloo, kterou prohrál.

Co to vlastně hemoroidy jsou

Hemoroidy mají všichni, ale ne všichni trpí na jejich onemocnění. Hemoroidy jsou, jednoduše řečeno, rozšířené křečové žíly v oblasti konečníku. Pod sliznicí konečníku se nacházejí rozsáhlé žilní pleteně, které odvádějí a přivádějí do této oblasti krev. Takové žíly jsou v malém rozsahu přítomny v těle každého zdravého člověka. Pokud se však zvětší a natečou, mluví se o tzv. hemoroidálním onemocnění.

Zdravé hemoroidy tvoří jakýsi polštář, uzavírající těsně konečník a bránící samovolnému úniku střevních plynů a stolice. Až polovina populace však trpí většími či menšími problémy s konečníkem. Problémy s hemoroidy má až každý čtvrtý Čech, avšak jen malé procento lidí vyhledá pomoc lékaře.

„Pacienti nejčastěji navštěvují ordinaci až při nesnesitelných obtížích, či když mají obavy ze závažnějšího onemocnění. Včasná diagnóza a následná léčba přitom může pacientovy problémy výrazně ulehčit,“ říká MUDr. Vladimír Danda, primář chirurgického oddělení Nemocnice v Sedlčanech.

Hemoroidy nebo hemeroidy?

Označení hemoroid je odvozen z řeckého Haimorrhoides flebes, označovaného také jako zlatá žíla či píštěl nebo **nesprávně hemeroid**.

Vnitřní x vnější hemoroidy

Hemoroidy se rozlišují podle místa svého výskytu, a to na vnitřní a vnější. Vnější hemoroidy se vyskytují v okolí řitního otvoru a málokdy dochází k jejich dalšímu rozšíření. Možnosti jejich léčby jsou širší než u hemoroidů vnitřních – jedná se například o různé masti, sedavé koupele apod. Vnitřní hemoroidy vznikají uvnitř konečníku a ve svých počátečních fázích nebývají bolestivé, jejich vyhřeznutí však často způsobuje velice bolestivé komplikace.



Vnitřní hemoroidy mají čtyři stádia:

Stádium I. Žíly jsou lehce nateklé, může se objevit i občasné svědění.

Stádium II. Hemoroidy jsou nateklé a zasahují do análního otvoru, bývají bolestivé, při vyprazdňování vyhřezávají ven, spontánně se vrací zpět do konečníku a mohou i krvácet.

Stádium III. Dochází ke zvětšování hemoroidů, přičemž přetrvávají obtíže z druhého stádia. Při vyprazdňování vyhřezávají z konečníku, lze je však zasunout zpět.

Stádium IV. Hemoroidy jsou trvale vyhřezlé a způsobují pacientovi silné obtíže. Například mu mohou znemožnit sezení.

Již od příznaků druhého stádia problémů s hemoroidy neprodleně navštivte svého lékaře. „Platí přitom, že čím dříve se s problémy obrátíte na odborníka, tím snazší bude léčba i následná rekonvalescence,“ říká MUDr. Vladimír Danda.

Změňte jídelníček a jezte hodně vlákniny

Při prevenci problémů s hemoroidy je důležité dodržovat určité stravovací návyky a pravidelný pitný režim.

Správný jídelníček by měl obsahovat především:

- ✓ Vláknu,
- ✓ ovoce,
- ✓ zeleninu,
- ✓ nemleté luštěniny,
- ✓ 100% šťávy a bylinné čaje (jitrocel, mateřídouška, fenýkl, anýz, badyán, zázvor...).



Naopak nevhodné potraviny jsou:

- ✗ Cukr a cukrářské výrobky,
- ✗ tučné a tvrdé sýry,
- ✗ velké množství pečiva,
- ✗ strava s velkým obsahem masa
- ✗ příliš kořeněná strava.

Léčba hemoroidů v rámci jednodenní chirurgie

Pokud se vaše problémy s hemoroidy dostaly do takové fáze, že je není možné léčit konzervativní léčbou (tedy bez lékařského zákroku), přichází na řadu chirurgie. Vhodným způsobem, jak problémy s hemoroidy řešit, je zákrok v rámci tzv. jednodenní chirurgie. Výhodou tohoto zákroku je, že se používají tzv. miniinvazivní způsoby operace, umožňující výrazné zkrácení pobytu nutného na nemocničním lůžku. Tyto výkony jsou zároveň ze strany pacientů velmi dobře snášeny. Rovněž pooperační bolesti po tomto typu operací jsou mnohem menší v porovnání s klasickými operacemi. „Doba hospitalizace po zákroku je běžně maximálně dva dny, což usnadňuje pacientům návrat do běžného života,“ dodává MUDr. Vladimír Danda.

MUŽI vs. ŽENY

Na obtíže s hemoroidy trpí více ženy než muži (v poměru 4:1). U žen se potíže často vyskytují v průběhu těhotenství.

Rizikové faktory výskytu potíží s hemoroidy

Hemoroidy se mohou vyskytnout v jakémkoliv věku. Není výjimkou, že potížemi trpí i mladí lidé.

6 faktorů, které mohou zapříčinit vznik potíží s hemoroidy:

1. Genetické predispozice – pokud v rodině někdo trpí problémy s hemoroidy, riziko výskytu potíží se zvyšuje.

2. Obezita – na cévy v oblasti konečníku je vyvíjen velký tlak, což způsobuje zvětšení hemoroidů.

3. Špatné stravování – kořeněná a tučná jídla, potraviny způsobující tuhou stolicí (například bílé pečivo) zvyšují pravděpodobnost vzniku hemoroidů.

4. Sedavé zaměstnání – pokud se sedavé zaměstnání nekompenzuje dostatečným pohybem, zvyšuje se riziko potíží.

5. Nadměrná konzumace alkoholu a kofeinu – způsobují zvýšené prokrvení v oblasti konečníku a tím i větší náplň hemoroidálních žil.

6. Těhotenství – na žíly je vyvíjen nadměrný tlak a jejich cévní stěna je oslabena.



Hlavní příznaky onemocnění

Toto nepříjemné onemocnění se nejčastěji projevuje následujícími příznaky:

- Krvácení při vyprazdňování,
- svědění konečníku,
- hroznovité útvary kolem konečníku,
- bolestivost při stolici.

Pokud trpíte některou z těchto obtíží, neváhejte se obrátit na lékaře. Problémy doprovázené s tímto onemocněním mohou totiž indikovat mnohem závažnější chorobu, například zhoubný nádor tlustého střeva. Návštěvu lékaře, který vás důkladně prohlédne, neodkládejte. „V současné době není

zapotřebí obávat se bolestivého vyšetření – moderní medicína má dnes k dispozici metody, které se snaží v maximální možné míře brát ohledy na pacientův komfort,“ říká MUDr. Vladimír Danda.

Proti potížím bojujte sportem

Problémy s hemoroidy mají především ti, kteří nemají dostatečný pohyb. V dnešní době je sedavé zaměstnání téměř pravidlem, a proto je důležité čas strávený v kanceláři kompenzovat správným pohybem. Ne každý sport je však při obtížích s hemoroidy vhodný.

Nevhodné sporty při potížích s hemoroidy:

- ✗ Cyklistika,
- ✗ zvedání těžkého závaží (posilovna),
- ✗ všechny sedavé sporty (kanoistika, veslování...).



Vhodné sporty při potížích s hemoroidy:

- ✓ Plavání,
- ✓ kolečkové brusle,
- ✓ běh,
- ✓ tenis.

„Nejlepší prevence při boji s hemoroidy jsou dostatečný pohyb a správné stravování. Vyvážený jídelníček by měl obsahovat alespoň 200 g zeleniny a 200g ovoce denně, například dvě jablka. Nejdůležitější je ale dostatečný přísun tekutin, omezení pití kávy a konzumace alkoholu,“ radí MUDr. Vladimír Danda.

Tipy pro zmírnění bolesti a svědění

- ✓ Opláchněte se po každé stolici nejlépe pouze čistou vodou bez mýdla či dalších přípravků,
- ✓ používejte vlhčené ubrousky a toaletní papír bez parfému a alkoholu,
- ✓ nezadržujte stolici,

- ✓ dávejte si střídavě studené a teplé sedací koupele pro zlepšení krevního oběhu (např. z dubové kůry),
- ✓ pozor – horké koupele mohou stav zhoršit,
- ✓ při silných bolestech hemoroidů konečník ledujte či sprchujte studenou vodou, pozor – u anální fisury (řitní trhlina) je naopak vhodná teplá voda.

Kde se nechat vyšetřit

Pokud se chcete zbavit nepříjemných problémů s hemoroidy, navštivte Nemocnici v Sedlčanech a její proktologickou ambulanci. Zde se o vás postará kvalifikovaný tým odborníků, nejen v rámci jednodenní chirurgie. Více informací naleznete na: www.nemocnice-sedlcany.cz.

Kontakt pro další informace:

Lucie Prachmanová

AMI Communications

Tel.: 234 124 112

Mobil: 724 012 618

Email: lucie.prachmanova@amic.cz