

Hämorrhoiden-Beratung: Mehr als Salbe & Zäpfchen

Salben oder Zäpfchen?

- **Salben:** äußerliche oder innerliche Anwendung (mittels Applikator) möglich, kann auch auf Kompressen aufgetragen und eingelegt werden
- **Zäpfchen:** wirken nur innerlich, oft negativ behaftet (dann eher eine Salbe empfehlen)

Welche Wirkstoffe kommen in Frage?

Lidocain

- Bei Schmerzen und Juckreiz
- Lokalanästhetikum betäubt die betroffenen Areale und lindert dadurch die Beschwerden
- Beispiel: **Posterisan akut (Dr. Kade)**

Hamamelis

- vor allem bei Symptomen wie Nässen und Wundsein
- pflanzliche Salben und Zäpfchen mit Hamamelis (Zaubernuss): Ihr werden blutstillende, adstringierende, antientzündliche und antibakterielle Eigenschaften zugeschrieben, welche durch die enthaltenen Gerbstoffe und Flavonoide zustande kommen

Beispiele:

- **Hametum Salbe/Zäpfchen (Dr. Willmar Schwabe)**
- **Faktu lind Salbe/Zäpfchen (Dr. Kade)**
- **Posterine Salbe (Dr. Kade)**
- **Eulatin NH Salbe (Abanta)**

Bismutgallat & Titandioxid

Weitere Alternativen sind die **Mastu-Produkte** mit basischem Bismutgallat und Titandioxid von Stada. Die Kombination soll Beschwerden wie Reizungen, Juckreiz, Brennen und Nässen lindern und die Wundheilung fördern.

Molekülkomplex + ätherische Öle

NeoFitoroid Salbe (Aboca): Enthalten sind Helydol aus Strohlume, Mäusedorn, Aloe und ätherische Öle. Der Molekülkomplex soll die Entzündung reduzieren und eine Barriere auf der Schleimhaut bilden, die vor Reizungen schützt. Außerdem wird durch die schmierende Wirkung die Reibung während der Stuhlpassage verringert.

Homöopathie & Co.

- Weleda:
 - **Hämorrhoidalzäpfchen**
 - **Hamamelis Comp. Salbe**
- Wala: **Quercus Hämorrhoidalzäpfchen**

Hämorrhoiden-Beratung: Mehr als Salbe & Zäpfchen

Sitzbäder

Bei akuten Beschwerden mit Juckreiz können auch Sitzbäder helfen. Diese können in der Wanne, der Duschtasse oder mithilfe von speziellen Einsätzen für das WC durchgeführt werden. Sie sollten mit lauwarmem Wasser erfolgen und können je nach Zusatz entspannend, juckreizlindernd oder entzündungshemmend wirken. Zudem tragen Sitzbäder zur Analhygiene bei.

Beispiele für Zusätze:

- **Kamillosan Wund- und Heilbad (Kamillenblüten-Extrakt, Meda Pharma)**
- **Kamillin Extern (Robugen)**
- **Tannolact Badezusatz (Phenol-Methanal-Harnstoff-Polykondensat, Galderma)**
- **Tannosynt flüssig (Almirall Hermal)**

Regelmäßige Pflege

Damit es bei leichteren Verläufen nicht zu wiederkehrenden Beschwerden kommt, ist es wichtig, die Analregion regelmäßig zu pflegen. Dabei können Zäpfchen und Salben mit pflegenden Inhaltsstoffen zum Einsatz kommen, die einen Schutzmantel über die Schleimhaut legen. Außerdem erleichtern sie den Stuhlgang, indem die Reibung reduziert wird. Oft helfen entsprechende Produkte auch bei leichteren Beschwerden.

Beispiele:

- **Posterisan Protect Salbe/Zäpfchen (Dr. Kade)**
- **Aboca NeoFitoroid Salbe (Aboca)**

Außerdem können verschiedene zusätzliche Produkte wie spezielle Reinigungstücher oder Reinigungsprodukte zum Einsatz kommen. Diese sollen den Heilungsprozess unterstützen.

Beispiele:

- **FaktuClean Tücher (Dr. Kade)**
- **Hametum Feuchtpflegetücher (Dr. Willmar Schwabe)**
- **NeoFitoroid Reinigungscreme (Aboca)**

Ratschläge für den Alltag

- ballaststoffreiche Ernährung
- ausreichend trinken: Mindestens 1,5 Liter pro Tag, damit die Ballaststoffe gut quellen können
- auf stopfende Lebensmittel verzichten
- Bewegung in den Alltag einbauen
- Toilettengang in Ruhe durchführen & nicht zurückhalten
- keinen starken Pressdruck aufbringen
- Defäkation in Hockposition durchführen (eventuell einen Hocker unter die Füße stellen)
- den Darm durch regelmäßige natürliche Abführmittel entlasten (z.B. Macrogol, Lactulose, Floh- oder Leinsamen)