



BOLEČINE V DANKI

Gregor Kunst

1. Zakaj pride do pojava bolečin v danki?

Najpogostejši vzrok analne bolečine je analna razpoka (fisura), ki nastane kot razpoka tik ob vhodu v zadnjični kanal in je ponavadi posledica občasnih zaprtosti, ki jim nato sledi trdo blato, ki povzroči razpoko. Razpoka se pojavlja v srednji črti, največkrat zadaj. Kadar je razpoka prisotna na strani, je ta največkrat posledica še kakšne druge patologije (vnetna črevesna bolezen, rak ...). Bolniki navajajo, da imajo občutek, kot da bi jih kdo rezal z nožem.

Na drugem mestu so med vzroki za analno bolečino trombozirani zunanji hemoroidi. Gre za strdek v zunanji hemoroidalni veni. Vzroki nastanka so lahko različni, večkrat pa nastanejo brez pravega vzroka. Diagnoze ni težko postaviti, ker si bolniki sami zatipajo bolečo, trdo bulo ob zadnjiku, ki lahko včasih rahlo krvavi. Sprememba je vidna že ob pregledu analnega predela. Med pogostimi vzroki za bolečine v danki pa je še anorektalni ognojek. Gre za lokalizirano vnetno dogajanje v področju ob zadnjiku. Sprememba je boleča, trda, toplejša, koža nad njo pa je pordela.

2. Kdaj in kako si lahko pomagata sami?

Potrebna je skrb za redno odvajanje mehkega blata, tako da bolniki pijejo Donat in vsaj 1,5-2 litra tekočine na dan, jedo hrano z veliko balastnimi snovmi (sadje, zelenjava, črn kruh ...) in skrbijo za analno higieno umivanje po vsakem odvajanju blata. V poštev pridejo sedeče kopeli v vroči vodi 10 do 15 minut, koristna je tudi kopel iz hrastovega lubja, analgetiki (sredstva za lajšanje bolečine) in pripravki za mehčanje blata. Lahko si pomagata z mazili, ki jih je moč kupiti v prosti prodaji. Skrbite za mehko blato, lahko si dajete tople ali hladne obkladke na boleče mesto in lajšate bolečine z analgetiki. Pri sedenju pomaga, če uporabljate napihljiv obroč.

3. Kdaj morate k zdravniku?

Če težave po enem tednu samozdravljenja ne minejo, je potreben pregled pri zdravniku. Prav tako morate takoj k zdravniku, če ste opazili obilno krvavitev ali črno blato. Pri kronični razjedi bo verjetno potreben tudi pregled pri kirurgu proktologu.

V primeru tromboziranih zunanjih hemoroidalnih vozličev je obisk pri zdravniku priporočljiv, če so hude bolečine prisotne več kot dva dni in ni izboljšanja po konzervativnem zdravljenju. Če gre za anorektalni ognojek, je vedno potreben pregled pri zdravniku.

4. Katere ukrepe zdravnika lahko pričakujete?

Zdravnik družinske medicine vam bo po pregledu najpogosteje priporočal konzervativno zdravljenje in mazilo (antihemoroidik) za lokalno zdravljenje. Če stanje ne bo boljše, vas bo



najverjetneje napotil tudi na pregled h kirurgu – proktologu. Ta vas bo najprej izprašal o vaših težavah, nato pa napravil lokalni pregled. Sem spada tudi proktoskopija ali rektoskopija, kjer se pregleda zadnjih nekaj centimetrov debelega črevesa. Včasih se lahko predlaga kolonoskopija, to je pregled celotnega debelega črevesa.

5. Katere so najpogostejše diagnoze ob bolečinah v danki?

V veliki večini primerov povzročajo bolečino v danki analna razpoka, zunanji trombozirani hemoroidalni vozlič in anorektalni ognjok. V redkih primerih lahko bolečino povzročajo tudi vnetna črevesna bolezen, rak, herpes simplex, notranji hemoroidi itd.

6. Kateri so načini zdravljenja?

Najpogosteje bo bolečino v danki lahko pozdravil že zdravnik družinske medicine, in sicer lokalno z mazili. Drugače pride v poštev pregled pri kirurgu. Pri analni razpoki bo kirurg poleg zgoraj omenjene samopomoči najprej predlagal še dodatno konzervativno zdravljenje z mazili, ki sprostijo mišico zadnjika (analno mišico), to je nifedipinsko ali nitroglicerinsko mazilo. Le-tega je potrebno nanašati vsaj trikrat na dan. Poleg tega obstajajo še razširjevalci (dilatatorji) analne mišice, ki imajo podobno funkcijo in jih bolniki vstavljajo v zadnjik od 2- do 3-krat na dan po 3 do 5 minut. Novejša metoda je tudi aplikacija botulin toksina v notranjo mišico zapiralko (analni sfinkter), ki mišico prav tako sprosti. Če konzervativno zdravljenje ni uspešno, pa je potrebna operacija, ki jo je možno napraviti ambulantno v lokalni anesteziji, pri kateri kirurg del analne mišice prereže. Metoda v veliki večini pozdravi analno razpoko, vendar pa obstaja možnost, da po posegu določen delež bolnikov slabše zadrži blato. V primeru tromboziranega hemoroidalnega vozliča, ki nekaj dni povzroča težave, le-tega zdravnik družinske medicine ali kirurg izreže ambulantno v lokalni anesteziji. Po odstranitvi vozliča so pogosto prisotne bolečine še nekaj dni, zato je potrebno redno jemanje analgetikov, skrb za mehko blato in izvajanje sedeče kopeli v hipermanganu, kamilicah ali hrastovem lubju trikrat na dan. Pri anorektalnem ognjoku je vedno potrebno kirurško zdravljenje. Če se sprememba ponavlja, pa je potreben pregled, da se izključi eventualna fistula.

Po samem kirurškem posegu je potrebno skrbeti za redno odvajanje mehkega blata in analno higieno, ob bolečinah pa je potrebno vzeti analgetik.

7. Kako poteka spremljanje bolnika z bolečinami v danki?

Zdravnik družinske medicine vas bo po 7 do 14 dneh zdravljenja z lokalnimi mazili naročil na kontrolo. Če stanje ne bo boljše, vas bo poslal na pregled h kirurgu. Pri razpoki analnega kanala je potrebna kontrola pri proktologu, da ta oceni, ali se bo razpoka zacelila konzervativno ali pa bo potrebna operacija. Po sami operaciji je ponavadi potreben še en pregled pri operaterju, nadaljnje preglede pa opravljate pri izbranem zdravniku družinske medicine do zacelitve. Prav tako je potreben pregled pri proktologu pri vztrajanju težav zaradi hemoroidov.



8. *Ali in kako lahko bolečine v danki preprečite?*

V veliki večini primerov je to možno, če ves čas skrbite za redno odvajanje mehkega blata in analno higieno. Pri posameznih primerih pa to ni dovolj in se težave klub vsemu pojavijo.