



HEMORROIDID

Hemorroidid paiknevad pärakuava ümbruses ja päkakukanalis. Anatoomiliselt on nad kavernoosse koe kogumikud, mis koosnevad peenikestest veenidest, millesse suubuvad arterid otse läbi veeniseina. Selle tõttu võib veritsus neist olla küllalt tugev. Eristatakse:

- väliseid hemorroide
- sisemisi hemorroide

Välised hemorroidid paiknevad pärakuava ümbruses. Kui neis tekib põletik, siis muutuvad nad valulikuks, suurenevad ja vahel tekib neisse verehüüve e trombi. Sisemised hemorroidid tekivad päkakukanalis. Iseloomulik on valutut veritsus ja hemorroidide väljavõlvumine soole tühjendamise ajal.

Hemorroidide tekkimise riskitegurid

Täpne tekkepõhjus pole teada. Soodustavateks teguriteks on: vanus, krooniline kõhulahtisus või –kinnisus, istuv amet, raskuste tõstmine, ülekaalulisus, rasedused, pärilik eelsoodumus, punnitamine soole tühjendamisel, pikaajaline tualetis istumine (nt lugemine).

Haiguse sümptoomid

- väljavõlvumused päraku piirkonnas soole tühjendamisel
- valu
- sügelus päraku piirkonnas
- heleda vere eritus soole tühjendamisel

Ravi

Konservatiivne ravi

1. Alustada tuleks hemorroidide teket soodustavate tegurite toime vähendamisest.
2. Soovitavad on istevannid kehatemperatuurile vastavas vees või käsiduššiga loputamine. Need vähendavad komude mõõtmeid ja leevendavad vaevusi.
3. Raviks võib kasutada põletikuvastaseid pärasooleküünlaid ja –salve, kuid soovitatavalt mitte üle 5 päeva.
4. Iga kord peale soole tühjendamist on oluline päraku piirkonna pesemine sooja veega.

Operatiivne ravi

Kui konservatiivsed ravimeetodid tulemust ei anna või korduvad põletikud ja veritsus sageli, siis tuleks kaaluda operatiivset ravi.

Vahel vajab üksik valulik tromboseerunud hemorroid, et paranemine toimuks kiiremini, kirurgi poolt lokaalanesteesias avamist ja hüübe eemaldamist.

Operatsioon seisneb selles, et kirurg eemaldab üksikhaaval hemorroidid õmmeldes e ligeerides enne sinna suunduvad veresooned. Operatsioon toimub üldjuhul spinaalanesteesias (nn seljasüstiga) või üldanesteesias.



nfomaterjal

Vahel on vajalik ka suuremate seesmiste hemorroidide ja/või sellega kaasneva limaskestast väljalanguse puhul teha operatsioon spetsiaalse aparaadiga e stapleriga.

Operatsioonijärgne vähene veritsus on normaalne, kuid **tüsistusi** esineb harva. Olulisemad neist on:

- operatsioonijärgne verejooks, enamasti tekib verejooks vahetult peale operatsiooni, kuid vahel võib see juhtuda ka kodus - vajalik pöörduda kirurgi poole vältimatus korras!
- gaaside ja väljaheite pidamatus operatsioonijärgses perioodis

Operatsioonijärgsed juhised kehtivad kõigi pärakuoperatsioonide korral: valu võib olla tugev, mille tõttu Te vajate valuvaigisteid. Sageli jäetakse pärasoolde tampoon, mis eemaldub ise loomulikult teel. Kuid omalt poolt võib aidata eemaldada tampooni fikseeriv lapp. . **Soovitav on teha istevanni kehatemperatuurile vastava veega 2 - 3 korda päevas 10 - 15 minuti jooksul kuni paranemiseni. Esimene istevann tehke kohe peale tampooni eemaldamist (võib kasutada ka käsidušši).**

Pärast operatsiooni võimaliku kõhukinnisuse vältimiseks:

- sööge kolm korda päevas: sagedased söögikorrad tagavad soolestiku normaalse liikumise,
- jooge rohkelt vett,
- ärge liialdage alkoholi ja kofeiini sisaldavate jookidega, need vähendavad organismi veevarusid,
- liikuge võimalikult palju.

Toitumissoovitused hemorroididega patsiendile

Kiudaine rikas toit.

Lahustuvad kiudained	Mittelahustuvad kiudained
Kaer – pudruna, müsli	Nisu – täisteraleib, teraviljaained
Oder - pärloder	Mais- mais, maisileib
Rukis – rukkileib, näkileib	Riis – pruun riis
Puuviljad – viigimarjad, aprikoos, tomat, õun	Makaronid – täisteramakaronid, spinatimakaronid
Köögiviljad – porgand, kartul, suvikõrvits	Puuviljad – rabarber, põldmurakas, maasikad
Kaunviljad – valged ja punased aedoad	Köögiviljad – kapsas, spinat, lehtsalat
	Kaunviljad – herned, läätsed, kikerherned

Pärast operatsiooni on võimalik hemorroidide retsiveerumine e taasteke!

Koostaja: Kirurgiakliiniku kirurg Ave Aava

Koostatud/ täiendatud/ ülevaadatud 2011