

## **Rift i endetarmen (anal fissur)**

En rift i endetarmsåbningen kaldes en anal fissur. Selv om det som regel drejer sig om små rifter, er de ofte forbundet med en del ubehag (blødning, smerter, svie, kløe).

Smerterne er som regel værst i forbindelse med toiletbesøg og umiddelbart efter. Hvis det bløder, er der gerne tale om små mængder helt friskt lyserødt blod, som altid stopper umiddelbart efter toiletbesøg.

Anal fissurer er almindelige både hos børn og voksne. Der er ikke tale om nogen alvorlig eller farlig lidelse, selvom det kan være meget ubehageligt.

Den mest almindelige årsag til anal fissur er hård afføring og i sjældne tilfælde langvarig diaré. Stress menes også at kunne bidrage til udviklingen af anal fissur.

Når der opstår en rift reagerer lukkemusklen ofte med sammentrækning (spasme), som yderligere kan forværre smerterne, der så kan blive mere diffuse dybt i bækkenet.

### **Behandling:**

Varme bade: Sædebade med badeolie 20-30 minutter 1 gang dagligt i minimum 2 uger.

Anvend karbad, balje eller et kar. Badene varmer muskulaturen op og får den til at slappe af. Badene blødgør, renses og øger gennemblødningen i vævet og øger dermed helingen.

**Regulering af afføringen:** Afføringen skal være blød og let at komme af med. Indtag rigelig væske (2-3l dagligt), spis fiberholdigt og få daglig motion. Suppler eventuelt med HUSK. Ved forstoppelse kan milde afføringsmidler anvendes efter behov (Magnesia eller Laktulose)

**Salvebehandling:** 2 gange dagligt i 4-8 uger påsmøres en receptpligtig salve i og omkring endetarmsåbningen.

**Lokalbedøvende gel:** Ved svær kløe kan anvendes en bedøvende gel.

### **Efter behandlingen:**

Under behandlingen vil symptomerne som regel forsvinde. Hvis symptomerne kommer igen umiddelbart efter behandlingsophør har behandlingen ikke virket. Efter et par ugers behandlingspause kan man forsøge igen med både sædebade, salvebehandling og afføringsregulering, som ovenstående. Eventuelt kan man forsøge en alternativ salve (recept hos speciallægen).

Såfremt man ikke kan få fissuren til at hele, kan det blive nødvendigt med en lille operation på hospitalet.

### **Forebyggelse:**

Eneste effektive forbyggende foranstaltning er at undgå forstoppelse (rigelig væskeindtagelse + fiberrig kost + daglig motion). Du kan få yderligere information om afføringsregulering og korrekt kost på apoteket.

**Botox behandling:** Ved manglende opheling og vedvarende gener kan henvises til sygehus mhp. indsprøjtning.

Med Venlig Hilsen

Peter Vilmann

Professor, overlæge, dr.med.