



Mucofalk®

Hemoroidler ve hemoroidal hastalıklar



Giriş

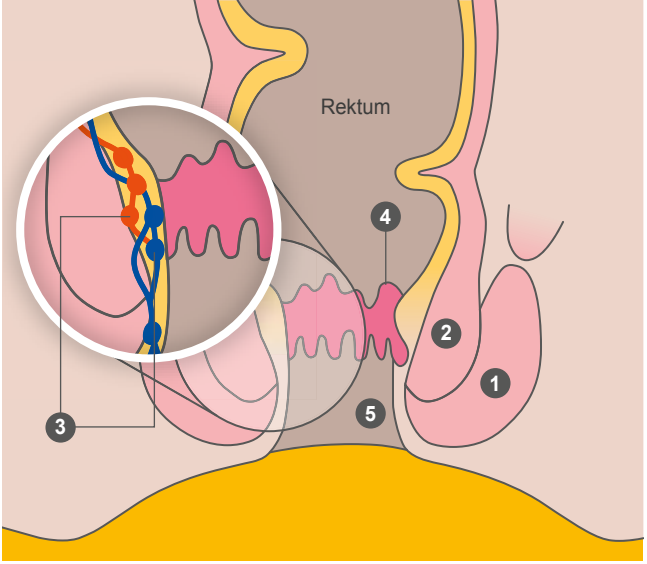
Hemoroidler normal insan anatomisinin bir parçasıdır.

Bunlar rektumun sonunda veya anal kanalın başlangıcında bulunan süngersi dokular veya kanla dolu yumrulardır.

Anal kanalın sızdırmazlığında önemli bir işleve sahiptirler ve özellikle ince kontinans için önemlidirler. Sadece büyüme, kanama, kaşıntı, sızıntı veya dışkı bulaşmasının meydana geldiği durumlarda bir hastalıktan söz edilebilir. O zaman, doğru ifade olarak bir hemoroid hastalığından bahsetmek gerekir.

Hemoroid hastalığı çok yaygındır. Hemoroid, 30 yaşın üzerindeki insanların yaklaşık %80'inin hayatlarının bir döneminde az ya da çok şiddetli semptomlar yaşamalarına neden olur.





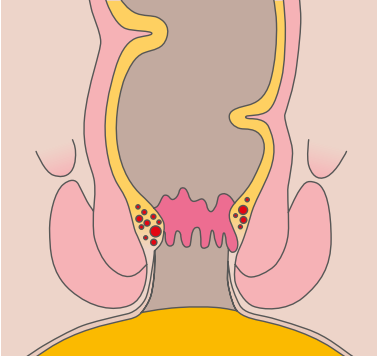
- 1 Dış sfinkter
- 2 İç sfinkter
- 3 Hemoroidler (Hemoroid memesi)
 - Arteriyel (kalpten kan taşıyan)
 - Venöz (kalbe kan taşıyan)
- 4 Rektum ve anüs arasındaki geçiş mukozası
- 5 Anal cilt: acıya karşı çok hassas

Her insanda, doğal olarak var olan, anüsün ince kapanmasına hizmet eden, kanla dolu damar yumakları olan hemoroidleri vardır. Dışkılama sırasında sfinkter kası gevşer ve hemoroid memesinden dışarı kan akar. Ardından kan hemoroidlerin içine geri akar, hemoroidler kalınlaşır ve anüs güvenli bir şekilde kapanır.

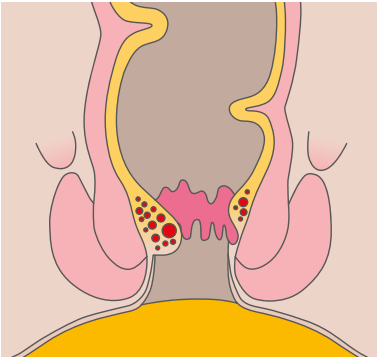
Evreler

Bulguların ciddiyetine bağlı olarak, hemoroidal değişikliklerin farklı aşamaları vardır.

Bunlar tipik olarak 1. Evreden 4. Evreye kadar sınıflandırılır (resimlere bakın). Hastalığın seyri sırasında aşamalarda değişiklikler meydana gelebilir; yani daha ilk aşamalarda basit önlemlerle iyileşme mümkündür.



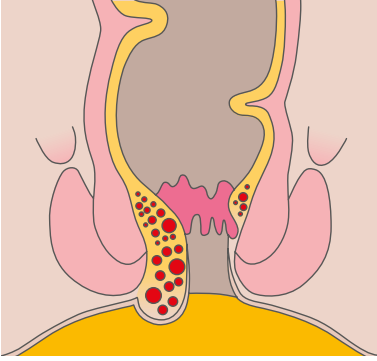
1. Evre hemoroid hastalığı (dışarıdan görülemez)



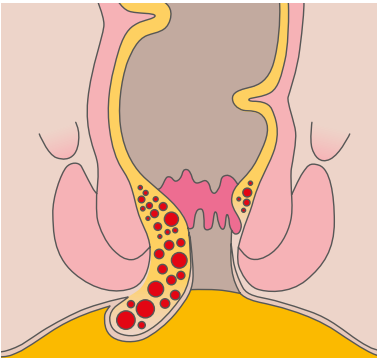
2. Evre hemoroid hastalığı (dışkılama sırasında dışarı sarkma oluşabilir)

Ancak hemoroidler kronik olarak önemli ölçüde büyümüşse veya zaten sarkmışsa, kendiliğinden iyileşme olasılığı düşüktür.

Mevsimsel değişiklikler de tipiktir ve özellikle sıcak havalarda ve terlemenin artmasıyla kötüleşir.



3. Evre hemoroid hastalığı (dışkılama sırasında sarkma; parmakla geri itilebilir)



4. Evre hemoroid hastalığı (kalıcı sarkma)

Nedenler ve belirtiler



Obezite, kronik kabızlık, hareketsiz yaşam tarzı, hamilelik, ailevi yatkınlık veya tuvalette uzun süre oturmak, hemoroid hastalığının gelişimini teşvik eder.

Tipik belirtiler çoğunlukla dışkılama sırasında veya kısa bir

süre sonra parlak kırmızı kanamalar, anüste yanma ve kaşıntıdır. Ağrılar oldukça olağandışıdır ve akut bir olaya işaret eder.

İlerleyen aşamalarda sızıntı, mukus akıntısı, yabancı cisim hissi ve hatta idrar kaçırmaya gibi başka belirtiler ortaya çıkabilir.

Hemoroid büyümesi çok yaygın olsa ve yetişkinlik çağında hemen herkesi etkileyebilse de, bu belirtilerin arkasında elbette başka hastalıkların da gizlenebileceğini bilmek çok önemlidir.

Özellikle dışkıdaki kan her zaman ciddiye alınmalı ve en uygun yol olarak kolonoskopi ile araştırılmalıdır. Bağırsakta veya anal bölgedeki iltihaplar ve hatta tümörler de kanamaya veya sızıntıya ve kaşıntıya yol açabilir.



Tedavi yöntemleri

Bu nedenle yukarıda sözedilen belirtilerden herhangi birini veya sindirim bozukluğu yaşıyorsanız mutlaka bir doktora başvurmalısınız.

Hemoroidal hastalıktan etkilenenlerin büyük çoğunluğu konservatif olarak tedavi edilebilir.



Lifler ve yeterli sıvı alımı ile dışkının düzenlenmesi burada ilk önceliktir. Pisilyum kabukları gibi şişirici maddeler (örn. Mucofalk®) yüksek su bağlama kapasitesine sahiptir ve bu nedenle yumuşak fakat şekilli bir dışkı üretir.

Kuvvetli ıkınma hareketinden veya tuvalette uzun süre oturmaktan kaçınılmalıdır!

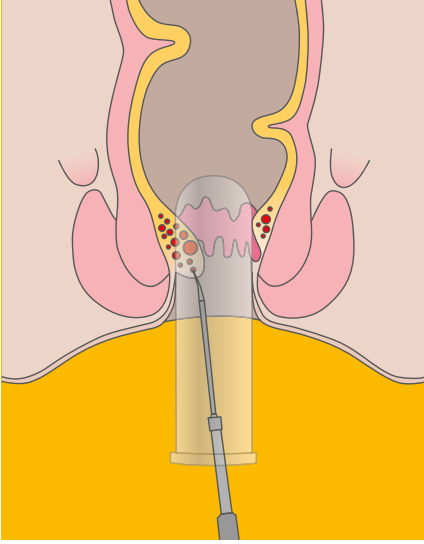


Tedavi yöntemleri

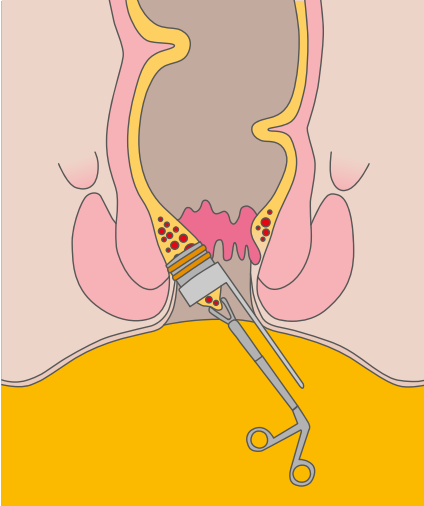
Hemoroidal hastalığın **hafif formlarında** merhemler veya fitiller sızıntı veya kaşıntı gibi rahatsız edici semptomları hafifletmede yardımcı olabilir.

Tedavinin bir sonraki aşaması, ayakta tedavi olarak uygulanan **skleroterapi** ve **lastik bant ligasyonu** içerir.

- Skleroterapide, hemoroidler şırıngayla uygulanan özel bir solüsyon kullanılarak yok edilir.
- Lastik bant ligasyonunda hemoroidler bağlanır.
- Her iki tedavi seçeneği de (eğer doğru şekilde uygulanırsa) çok az rahatsızlığa neden olur veya hiç rahatsızlık vermez.
- Tipik olarak, anüs bölgesinde geçici olarak belirli, daha ziyade donuk bir basınç hissi oluşur, ama bu his genellikle birkaç saat sonra tamamen kaybolur. Lastik bant ligasyonunda, lastik bantların 5 ila 10 gün sonra düşeceğine ve hafif kanamaların oluşabileceğine dikkat edilmelidir.
- Bu nedenle, kan pıhtılaşmasını etkileyen ilaçlar alan kişiler için özel önlemler geçerlidir. Şiddetli kanamalar her zaman bir doktor tarafından tedavi edilmelidir.



Skleroterapi



Lastik bant ligasyonu

Tedavi yöntemleri

Hemoroid hastalığı ileri düzeyde ise çeşitli ameliyatlar düşünülebilir. Klasik prosedürlerde, genişlemiş hemoroid memeleri cerrahi yolla çıkarılır. İlk 1 ila 5 gün biraz ağrı beklemelisiniz, ama bunlar ağrı kesici ilaçlarla kolaylıkla tedavi edilebilir. Genellikle yüzeysel açık alanlar kaldığı için açık yara tedavisinin ilkeleri geçerlidir.

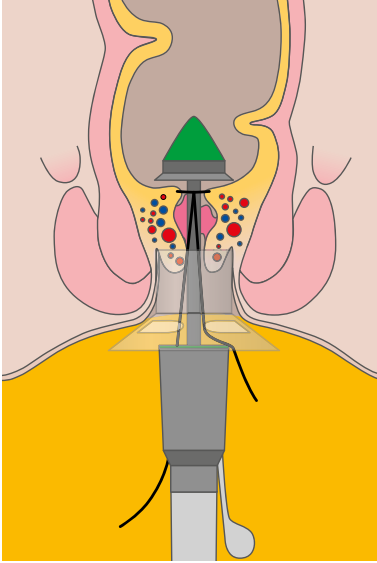
Birden fazla büyümüş hemoroid varsa **stapler (zımba) ameliyatı** da yapılabilir. Burada, asıl hemoroidlerin hemen üzerinden halka halinde bir rektal doku bandı özel bir stapler (zımba) kullanılarak çıkarılır, hemoroidler yukarı doğru toplanır ve böylece hemoroidlere giden kan akışı kısıtlanır.

İdeal yara tedavisi su ile gerçekleştirilir. Hiçbir katkı maddesi içermeyen saf ve makul sıcaklıkta su tavsiye edilir. Taharet musluğu (bide) ile temizlik daha da kolaydır. Aksi takdirde, yaranın 1-2 dakika boyunca nazıkçe temizlenmesinin tamamen yeterli olduğu oturma banyoları veya durulamalar da mümkündür.



Stapler operasyonu, doğru şekilde uygulanmışsa çok az acı verir veya hiç acı vermez. Ancak zimbalar çok hassas olan anal bölgede çok derine yerleştirilirse çok şiddetli ağrılar ortaya çıkabilir ve bazı durumlarda zimbaların bir kısmının çıkarılması için takip ameliyatı gerekli olabilir. Bu operasyon sırasında herhangi bir dış yara oluşmadığından yara bakımına gerek yoktur. Ancak bu cerrahi yöntemde de dışkıının yumuşak olmasına dikkat edilmelidir.

Anal bölgeye yapılan tüm cerrahi müdahalelerden sonra, bir dışkı düzenleyici (örn. Mucofalk®) kullanılarak dışkıının yumuşak tutulması gerekir.



Stapler operasyonu

Önleme

Davranış ve yeme alışkanlıklarınızda yapacağınız birkaç değişiklikle bu rahatsızlığı ortadan kaldırebilirsiniz. Çünkü önlemek, iyileştirmekten daha etkilidir!

Yüksek lifli beslenme. Düşük lif oranlı bir beslenme, dışkıının az miktarda ve sert olmasına yol açar. Bu durum anal kaslarda kramplara yol açabilir, dışkılama için güçlü bir ıkınma gerektirebilir ve sonuçta hemoroid hastalığını teşvik eder. Lif açısından zengin bir beslenme, suyu bağlayarak dışkı hacmini artırır ve dışkıyı daha yumuşak hale getirerek iyi bir sindirim sağlar. Bu, bağırsakların boşaltılmasını kolaylaştırır ve kalın bağırsak ve anal bölgedeki basınç koşullarının normalleşmesini sağlar.

Yeterli miktarda sıvı alımı. Her gün en az 1,5 ila 2 litre sıvı içtiğinizden emin olun. Su, meyve çayları veya sodalı meyve suları idealdir.

Uzun süre boyunca oturmaktan kaçının. İşyerinde uzun bir telefon görüşmesi gibi birçok aktivite ayakta da yapılabilir. Bu, anal bölgedeki kan damarlarının üzerindeki baskıyı azaltır.

Tuvalette kalış sürenizi sadece gerekli olan zamanla sınırlayın. Tuvalette oturmak, pelvik tabanın sarkmasına ve kan damarları üzerindeki baskının anormal düzeyde artmasına neden olur. Hemoroid sorunları sıklıkla, ilk olarak tuvalette çok uzun süre oturulması ile tetiklenir.

Islak tuvalet kağıdından kaçının. Bu anüsü tahriş eder. Su ile iyice temizlemek daha iyidir.

İkınmaktan kaçının. Ağırlık antrenmanı gibi fazla ıkınma gerektiren sporlardan kaçınılmalıdır. İkınma ile birlikte uygulanan kuvvetli zorlama nedeniyle, pelvik bölgeye ve hemoroidlere çok fazla kan itilir.

Fazla kilonuz varsa kilonuzu azaltmaya çalışın. Fazla kilolar pelvik tabana çok fazla yük bindirerek anal bölgedeki kan damarlarını genişletir ve bu da hemoroidlerin şişmesine neden olabilir.

Hareket. Düzenli fiziksel aktivite veya daha fazla hareketlilik, düzenli bir bağırsak fonksiyonu için şart olmasının yanı sıra, genel olarak sağlık için de faydalıdır ve kalp hastalığı, diyabet ve hatta kansere karşı koruma sağlayabilir.

Baharatlı yiyeceklerden ve diğer tahriş edici maddelerden kaçının. Biber ve benzeri acı baharatlar hassas bölgeyi yakar ve tahriş eder. Nikotin, kafein, turunçgiller ve yüksek asitli içeceklerden de kaçınılmalıdır.

Rahatlama. Son araştırma sonuçları, bağırsak ve beynin ne kadar yakın bağlantılı olduğunu giderek daha net bir şekilde göstermektedir. Psikologlar, ruhu ve bağırsakları zararlı stresten korumak için rahatlatıcı banyolar veya yoga gibi akut önlemler önermektedir.

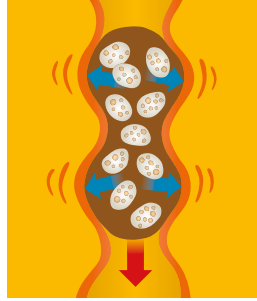


Mucofalk® – iyi bir sindirim

Mucofalk® bitkiseldir ve doğal yolla etki eder. Mucofalk®, Hint pisilyumu olarak da bilinen Plantago ovata adlı bir plantago türünden üretilmektedir. Mucofalk®, özel bir işleme Plantago ovata'nın tohum kabukları kullanılarak tıbbi kalitede üretilmektedir. Tohum kabukları (yine özel üretim işlemi nedeniyle) çok daha yüksek şişme gücüne sahiptir ve tohumun kendisinden daha etkilidir.

Mucofalk® bağırsak fonksiyonunu düzenler

Mucofalk®'ın doğal ve sürdürülebilir etkisi, sağlıklı, dengeli ve lif açısından zengin bir beslenmenin etkisine benzer. Özellikle Plantago ovata kabuklarındaki zenginleştirilmiş hacim artırıcı maddeleri, dışkı posasında şişer ve suyu bağlayarak dışkılamayı teşvik eder, dışkı miktarını artırır ve dışkıyı yumuşak tutar.



Rektumda boşalma uyarısını tetikler ve daha kolay bir dışkılama sağlarlar.

Besinsel lifler, bağırsak florası için bir besin kaynağı görevi görür. Bu, aynı zamanda bağırsıklık sisteminin önemli bir parçası olan ve vücudumuzu zinde ve sağlıklı tutan sağlıklı bir bağırsak florasının büyümesini de destekler.

için doğal güç

Plantago ovata'nın nazik gücü doğal ve kalıcı şekilde etki eder

Mucofalk® , hemoroid gibi yumuşak dışkı ile daha kolay bağırsak boşaltımının amaçlandığı hastalıklarda doğal ve güvenilir bir şekilde etki eder ve iyi tolere edilir. Bilinen bir alışkanlık etkisi yoktur.

Mucofalk® nasıl dozanır ve alınır?

Hemoroidde bağırsak boşaltımını kolaylaştırmak için (aksi belirtilmedikçe) günde 2 ila 3 kez bir saşe veya ölçü kaşığının içeriğini alın.* Mucofalk®'ı bol suda (en az 150 ml/saşe veya ölçü kaşığı) eritin ve hemen için. Ardından bir bardak daha su için. Başlangıçta oluşabilecek şişkinlikleri önlemek için tedaviye daha düşük bir günlük dozla başlanabilir.

Kapsamlı bilgi ve hasta broşürlerini

www.mucofalk.de adresinden indirebilirsiniz.

Ek olarak, basılı broşürleri de doktorunuzdan veya eczacınızdan ücretsiz olarak alabilirsiniz.



* Daha fazla ayrıntı için lütfen prospektüse bakın.

Yazar: Prof. Dr. Marco Sailer, Hamburg

Mucofalk®

Sindirimim. Doğal. Dengeli.

Pisilyum kabuğunun nazik gücü sayesinde.

Güvenilir destek

- ✓ Kronik kabızlık
- ✓ Kabızlık tipi huzursuz bağırsak sendromu
- ✓ Çeşitli nedenlere bağlı ishal
- ✓ Hemoroidal hastalıkta olduğu gibi, ağrılı dışkılama



Sadece
eczanelerde

www.mucofalk.de

Mucofalk® Elma/Portakal/Fit Hint pisilyum kabuğu 3,25 g / 5 g granül. Yetişkinlerde ve 12 yaş ve üzeri ergenlerde kullanım içindir. **Etken madde:** Hint pisilyum kabuğu (Plantago ovata tohum kabuğu, öğütülmüş). Sakkaroz içerir. Sodyum içeriği yüksektir. Prospektüsü dikkate alın. **Kullanım alanları:** Uzun süreli (kronik) kabızlık. Yumuşak dışkı ile daha kolay bağırsak boşaltımının amaçlandığı hastalıklar, örn. anüs mukozasında yırtıklar (anal fissürler), hemoroid, rektal bölgede ameliyat sonrasında ağrılı dışkılama. Çeşitli nedenlere bağlı ishallerde destekleyici tedavi. Günlük diyet lifi alımının artırılmasını gerektiren hastalıklar; örn. kabızlığın ön planda olduğu iritabl bağırsak sendromunda destekleyici tedavi. Ayrıca Mucofalk® Fit: Hiperkolesterolemi (kanda yüksek yağ oranı) diyetini destekler. Basım: 06/2023

Riskler ve yan etkiler hakkında bilgi edinmek için prospektüsü okuyun ve doktorunuza veya eczacınıza danışın.



Dr. Falk Pharma GmbH
Leinenweberstr. 5
79108 Freiburg | Germany
www.dr.falkpharma.de

M90TR_BUG 1-8/2024_KH/HOF

Bu broşürün Almandan çevirisi Dr. Falk Pharma GmbH tarafından bilgisi ve inancı dahilinde yapılmıştır. Ancak Dr. Falk Pharma GmbH, çeviri hatalarını ve/veya çevirinin Almanca'dan farklı ulusal dil yorumlarını dikkate almaz, yalnızca Almanca versiyonunu dikkate alır. Bunu gösterilen QR kodunun altında bulabilirsiniz.

