

Nazorgadviezen bij aambeien

Onlangs bent u behandeld voor aambeien. De arts heeft hierbij één of meer elastiekjes om de aambeien geplaatst. Deze elastiekjes klemmen de aambeien af, waardoor deze na ongeveer 7 tot 14 dagen afsterven.

De aambeien en elastiekjes verlaten uw lichaam via de ontlasting. Soms is één behandeling niet voldoende om alle aambeien te behandelen en moet de behandeling na verloop van tijd herhaald worden.

Bloedverlies

U kunt de eerste vijf dagen na de behandeling last hebben van wat bloedverlies. Ook als de aambeï loslaat, kunt u wat bloed verliezen. Als u veel bloed verliest, neem dan contact op met uw arts.

Aandrang

De eerste vier dagen na de behandeling kunt u last hebben van loze aandrang. Probeer niet toe te geven aan de drang om te persen.

Pijn

De anus kan pijnlijk zijn. Een zitbadje met halfwarm water of een douche helpt in dit geval. Ook kan een (zo warm mogelijk) nat washandje tegen de anaal streek verlichting geven. Bij aanhoudende pijn kunt u paracetamol nemen.

Als u last heeft van aambeien, was uw anus dan na de stoelgang met lauwwarm water. Dep vervolgens de anus goed droog. Gebruik geen zeep of vochtig toiletpapier. Dit kan irritaties en jeuk verergeren. Een warm bad kan helpen tegen jeuk en de pijn.

Medicijnen

De arts kan eventueel sachets met vezels voorschrijven om de ontlasting soepel te houden. Na de ingreep mag u eventuele bloedverdunners weer innemen tenzij de arts anders met u afspreekt.

Hoe tevreden bent u over uw specialist of ziekenhuis? Geef uw mening op [ZorgkaartNederland.nl](https://www.zorgkaartnederland.nl)

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

Tips en adviezen**• Eet gezond, gevarieerd en vezelrijk**

Vezels zorgen voor een goede darmwerking en nemen vocht op in de ontlasting. Vezels zitten met name in groente, fruit (kiwi, dadels, vijgen, pruimen) en volkoren producten.

• Drink voldoende

Drink dagelijks minstens 1,5 - 2 liter vocht (8 glazen water). Daarnaast kunt nog koffie thee of andere dranken nuttigen. Als u een vezelrijke voeding gebruikt, is het verstandig om extra te drinken. Vezels hebben namelijk vocht nodig om goed te kunnen werken.

• Voldoende beweging

Regelmatige beweging stimuleert de darmbeweging en voorkomt verstopping. Door het vermijden van langer periodes achter elkaar te zitten, voorkomt u een verhoogde druk op de anus.

• Gezond toiletgedrag

Gaat u meteen naar het toilet als u aandrang hebt. Het ophouden van de ontlasting zorgt ervoor dat de ontlasting indikt, waardoor de kans op verstopping toeneemt. Pers voorzichtig en zorg voor een goede toilethouding; rechtop, met uw voeten op de vloer. Blijf niet onnodig lang zitten en zorg voor een goede hygiëne.

Contact

U kunt contact opnemen via telefoonnummer: (040) 888 85 50. Buiten kantooruren: Spoedeisende Hulp (040) 888 88 11. Neem in ieder geval contact op bij:

- Toenemende klachten, die niet verminderen na het innemen van pijnstillers
- Een temperatuur van 38,5 °C of hoger
- Hevig bloeden
- Zwelling, roodheid en druk rondom het behandelend gebied