



## Merkblatt zur Diagnostik und Behandlung von analem Juckreiz („Analpruritus“)

### **Diagnostik**

Was sind die Ursachen von Juckreiz am After? Es gibt viele Ursachen, wie Hämorrhoiden, Entzündung, Hygiene- und Schliessmuskelprobleme (Stuhlschmierer), Hautkrankheiten, Nahrungs- oder Medikamenten- bedingt, u.A. Bei ca. 50% wird keine spezifische Ursache identifiziert. Übereifriges Reinigen, Kratzen und Reiben führt zu sekundären Schäden der Haut, weiterer Entzündung und Infektion. Die Diagnostik von analem Juckreiz erfolgt am genauesten durch Abfragen von häufigen Auslösern, die Untersuchung des Afters und einer Anoskopie (Enddarmspiegelung), welche ca. 5 Min. dauert. Gleichzeitig werden andere Erkrankungen (z.B. Fissuren, Fisteln, Hauterkrankungen und Krebs des Afters) ausgeschlossen. Die Untersuchung ist normalerweise nicht schmerzhaft, kann aber verständlicherweise etwas unangenehm sein. Stuhl-, Blut- oder Hautproben sind ergänzend manchmal notwendig.

### **Die Behandlung**

Die Behandlung von Juckreiz am After ist natürlich abhängig von der Ursache. Allgemeine Richtlinien gelten aber in jedem Fall.

### **Allgemeine Behandlungsmassnahmen**

- Nicht kratzen oder reiben am After.
- Aftergegend nur mit Wasser reinigen. Vermeiden von Seifen, Feuchttüchlein oder WC Papier. Mit weichem Handtuch abtupfen / mit Haartrockner (kühl!) föhnen.
- Warme Sitzbäder (2-3x täglich).
- Zum Duschen / Baden unparfümierte Seife verwenden.
- Gaze in After einlegen, wenn der After häufig feucht ist oder Sekret austritt.
- Lose Unterwäsche aus Baumwolle tragen und enge Synthetik-Kleidung (z.B. "Bodys") vermeiden.
- Stuhl weich halten (aber nicht breiig!) mit Quellmittel (z.B. Leinsamen, Flohsamen, Faulbaumrinde, Colosan mite®, Metamucil®).
- Fasserreich essen und stark gewürztes Essen, Kaffee (Koffein-haltige Getränke), Schokolade, Bier, Nüsse, Milchprodukte, Schwarztee, Tomaten probeweise vermeiden, da ev. Juckreiz begünstigend.
- Wenn vom Arzt verschrieben: Cortison-haltige Salbe zur lokalen Verwendung während maximal 2 Wochen, oder, v.a. nachts Antihistaminika. Zinksalbe kann ebenfalls hilfreich sein.
- Rückfälle treten vielfach auf. Nicht den Mut verlieren, Arzt befragen.
- Kampfer ist als pflanzliches Heilmittel lokal appliziert häufig hilfreich.