



# SRBENJE ZADNJIKA

Branko Košir

## 1. Zakaj pride do srbenja zadnjika?

Kakršenkoli razlog, ki povzroči blažjo vnetno lokalno reakcijo v predelu analne odprtine, lahko povzroči srbenje v tem predelu. Najpogostejši vzrok srbečice zadnjika je glivična okužba s kandido, ki povzroča rdečico in luščenje kože v okolici zadnjika. Srbež je lahko tudi posledica neustrezne osebne higiene, hemoroidov, lahko je vzrok alergična reakcija, npr. na milo, peneče kopeli ..., ali okužba z glistami – podančicami, ki povzročajo srbež predvsem ponoči, ko samice prilezejo iz črevesja in ležejo mikroskopsko majhna jajčeca okoli zadnjične odprtine. To povzroča srbenje, s praskanjem pa pridejo jajčeca za nohte, ki se nato preko ust spet prenesejo v črevo. Jajčeca lahko okužena oseba prenaša z okuženimi rokami tudi na hrano in različne predmete (pohištvo, kljuke, knjige, papirnat denar ...). Možno se je okužiti tudi s pitno vodo ali z nošenjem oblek okužene osebe ali spanjem v skupni postelji. Jajčeca podančice se širijo tudi po zraku, npr. pri postiljanju postelje okužene osebe. Našli so jih tudi v zraku in prahu šolskih sob, stranišč in drugih prostorov. Gliste so vidne v blatu kot dva milimetra dolgi odrezani koščki vrvice, ki se premikajo. Pri tem to stanje lahko spremljajo bolečine v trebuhu, kolike, napenjanje in občasno tudi driska.

## 2. Kdaj in kako si lahko pomagata sami?

Ne priporoča se prepogosto umivanje okolice analne odprtine, predvsem pa se ne priporoča uporaba agresivnih mil in premočno drgnjenje s toaletnim papirjem. Zadnjik je potrebno po vsakem odvajanju tuširati ali umivati, čemur naj sledi nežno sušenje. Priporočljiva je nega z olivnim oljem ali pa naj si bolniki kot prirodno prvo pomoč sami pripravijo »svečke« iz koščkov masla in jih vlagajo v črevo.

Vsak dan oblecite sveže perilo, ki naj bo bombažno in ne pretesno, kar velja tudi za vrhnja oblačila. Za domačo uporabo si lahko pripravite sedečo kopel s hrastovim lubjem. Pri tem so najpomembnejše čreslovine, ki delujejo na kožo tako, da jo strojijo. Za pripravo kopeli ali obkladkov moramo hrastovo lubje prekuhati. Zvrhano jedilno žlico skorje prelijemo s pol litra mrzle vode in ko le-ta zavre, kuhamo vsaj 10 minut. Dobimo rjavo brozgo, ki jo še nekoliko razredčimo in ohladimo na sobno temperaturo. Nato precedimo in v tekočino namočimo gazo, jo narahlo ožmemo in še vlažno položimo na prizadeto mesto. Hladen obkladek menjamo vsakih 20 minut.

Kadar so vzrok srbeža hemoroidi, poleg zgoraj omenjene kopeli lahko uporabite mazilo, ki poleg otekline pri hemoroidih zmanjšuje še občutek za bolečino in srbečico. Priporočljivo se je izogibati tudi začinjeni hrani in skrbeti za mehko odvajanje blata (pitje večjih količin tekočin, uživanje z vlakninami bogatih hranil).



### ***3. Kdaj morate k zdravniku?***

Zdravnika obiščete, če opazite v blatu gliste ali kri oz. če vam s pravilno nego in dieto v dveh mesecih stanja ne uspe izboljšati.

### ***4. Katere ukrepe zdravnika lahko pričakujete?***

Zdravnik vas bo natančno izprašal o tem, kdaj in kako se je vse skupaj začelo, kako se je simptom razvijal, kaj vam pomaga in kaj škoduje. Zdravnik bo skrbno pregledal kožo okrog odprtine, nato pa z orokavičnim prstom še zadnjično odprtino (rektalni pregled). V primeru nejasnosti je potrebno pregledati še kri in blato zaradi morebitne prisotnosti parazitov.

### ***5. Kateri so najpogostejše diagnoze ob srbenju zadnjika?***

Najpogosteje (v 60 %) se s pregledom ne da ugotoviti specifičnega vzroka za srbenje, lahko pa so vzrok gliste (helmintioza), hemoroidi (noduli haemoroidales), vnetje sluznice (dermatitis perianalis), razpoka analne odprtine (fisura anni), glivice, genitalni herpes. Srbenje se lahko pojavi tudi ob drugih boleznih ali pa je posledica nepravilne higiene, umivanja, prehranjevanja ali pa oblačenja.

### ***6. Kateri so načini zdravljenja?***

Zdravnik vam bo svetoval izogibanje začinjeni prehrani, uporabo olivnega olja, maslenih svečk, lahko pa vam bo predpisal kremo za nego zadnjika. V primeru glistavosti je potrebno zdravljenje z zdravili (antihelmentiki), če pa so vzrok srbeža zadnjika hemoroidi, je poleg nege in skrbi za redno odvajanje potrebna še uporaba mazil in svečk, včasih pa tudi sistemsko zdravljenje s tabletami.

### ***7. Kako poteka spremljanje bolnika s srbenjem zadnjika?***

V primeru, da zdravljenje ni uspešno, je priporočljiva kontrola pri zdravniku družinske medicine, da se bo le-ta lahko odločil o nadaljnjih ukrepih.

### ***8. Ali in kako lahko srbenje zadnjika preprečite?***

Izogibanje začinjeni hrani, pravilna nega zadnjika in zaščita z maščobami lahko zmanjšajo ali pa celo preprečijo težave. Umivanje in čiščenje zadnjika po vsakem odvajanju naj bo nežno, zadnjično odprtino pa občasno negujte z olivnim oljem.

Za preprečevanje okužbe z glistami je potrebno skrbeti za skrbno osebno higieno, zlasti za temeljito umivanje rok s toplo tekočo vodo in milom po uporabi stranišča, pred jedjo, vsakodnevno prhanje in pa seveda uživanje neoporečne pitne vode.