

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## O hemoroidy trzeba... dbać

Hemoroidy, których inna nazwa brzmi: guzki krwawnicze, czyli wypełnione krwią, niewyczuwalne poduszkowate sploty żylna-tętnicze w kanale odbytu, są czymś zupełnie fizjologicznym i potrzebnym: pomagają panować nad wypróżnieniem, powstrzymać stolec i gazy. Jednak gdy powiększają się, nadmiernie wypełniają się krwią i nie opróżniają z niej

**we właściwym momencie, dochodzi do stanu zapalnego, który bywa bardzo dokuczliwy. Mówimy wtedy o chorobie hemoroidalnej.**

Inną przyczyną tej choroby - u kobiet - jest sytuacja, w której tzw. aparat wieszadłowy (struktura podtrzymująca m.in. macicę) rozluźnia się, co powoduje przemieszczenie guzków wewnętrzznego splotu, a następnie wypadanie ich poza odbytu oraz krwawienie.

Warto zaznaczyć, że hemoroidy, to nie to samo, co żylaki odbytu. Patologia ta dotyczy bowiem układu tętniczego, a nie żylnego.

## **Hemoroidy: dlaczego fizjologia zmienić się może w patologię**

Według jednej z teorii przyczyną wypadania hemoroidów jest wiotkość aparatu utrzymującego je na właściwym miejscu lub gdy dochodzi do nadmiernego ciśnienia w odbytnicy (a tak dzieje się m.in. w ciąży, dlatego wiele ciężarnych kobiet ma kłopot z bolącymi hemoroidami).

Według innej teorii (tzw. hemodynamicznej) to kwestia nieprawidłowego dopływu krwi.

- Podczas nadmiernego ciśnienia krwi w kanale odbytnicy, skurczu zwieraczy, czy wzmocnienia napięcia spoczynkowego zwieracza wewnętrznego nagły skurcz mięśni powoduje, że krew, która tam się znajduje, nie może odpłynąć. Powoduje to wzrost ciśnienia krwi, bo przecież cały czas jest ona dopompowywana i w efekcie naczynia muszą ulec poszerzeniu, co daje dolegliwości bólowe - wyjaśnia ginekolog dr Jacek Tulimowski.

## **Stan zapalny w hemoroidach: czynniki ryzyka**

- tryb życia związany z długotrwałym okresem siedzenia lub staniem
- dieta uboga w błonnik
- nadwaga i otyłość
- wielokrotne porody drogami natury
- ciężka praca fizyczna
- powikłania po operacji krocza i odbytu
- uprawianie sportu wyczynowego
- stosunki analne
- czynniki genetyczne
- wiek
- predyspozycje rodzinne.

W zależności od umiejscowienia mówimy o hemoroidach wewnętrznych i zewnętrznych. Hemoroidy wewnętrzne zlokalizowane są powyżej zwieracza odbytu, zewnętrzne poniżej, jednak ponieważ oba sploty żyłne łączą się często tworzą postać mieszaną żyłaków wewnętrznych i zewnętrznych.

Hemoroidy zewnętrzne powodują dolegliwości bólowe oraz swędzenie pieczenie, a gdy ulegają owrzodzeniu, na bieliźnie pojawiają się plamy.

- Zwiększają one ryzyko infekcji intymnych zwłaszcza u kobiet, ponieważ stan zapalny doprowadza do powstania wydzieliny, która osadza się na bieliźnie i w trakcie chodzenia czy wysiłku fizycznego może powodować przemieszczanie się drobnoustrojów, głównie patogenów z przewodu pokarmowego, w okolice sromu i pochwy. Dlatego tak ważne przypadku choroby hemoroidalnej jest przestrzeganie zasad higieny intymnej - zaznacza ginekolog.

Przy hemoroidach wewnętrznych pacjent zgłasza zupełnie inne objawy: najpierw pojawia się obrzęk, potem swędzenie i dopiero ból. Na późniejszym etapie towarzyszy temu wypadanie hemoroidów i nadmierna wydzielina śluzowa, a nawet krwawienie.

- Te objawy są dla pacjenta bardziej niepokojące, bo po pierwsze są niecharakterystyczne, a poza tym ich przyczyna jest niewidoczna. Bardzo trudno tu o jednoznaczną ocenę - takie objawy mogą sugerować także inne choroby, w tym chorobę onkologiczną - ból i krwawienie to przecież typowe objawy raka odbytu. Dlatego tak ważna jest czujność pacjenta i celowane postępowanie, żeby nie przeoczyć rozwijającego się nowotworu - tłumaczy dr Tulimowski.

W celu ułatwienia postępowania chirurdzy podzielili hemoroidy na cztery stopnie.

- 1. stopień: hemoroidy mogą krwawić w czasie defekacji, są widoczne w endoskopii, uwypuklają się w świetle odbytu, nie ulegają wypadaniu, ale powodują duży dyskomfort. Na tym etapie zaleca się leczenie zachowawcze, co jest dla pacjenta bardziej komfortowe.
- 2. stopień: hemoroidy wypadają w trakcie defekacji, ale same powracają na miejsce po ustaniu ucisku, mogą wpuklać się do światła odbytu. W tym przypadku stosuje się leczenie małoinwazyjne.
- 3. stopień: hemoroidy wypadają w trakcie parcia na stolec i nie wracają samoistnie na miejsce, konieczne jest ciągłe lub okresowe odprowadzanie manualne. Powodują przede wszystkim ból, krwawienie, świąd. Hemoroidy w stopniu trzecim wymagają leczenia operacyjnego.
- 4. stopień: To stan najtrudniejszy dla pacjenta, ponieważ hemoroidy trwale wypadają, brak jest możliwości ich odprowadzenia, do tego często ulegają zakrzepicy, co jest bardzo nieprzyjemne i bolesne. Towarzyszy temu obrzęk, krwawienie i świąd, a także często nietrzymanie stolca, co jest dla pacjenta bardzo przykre i deprymujące. Konieczne jest typowe leczenie operacyjne.

Hemoroidy to nadal rzecz wstydliva, choć nie powinno tak być - to przecież choroba, związana z różnymi czynnikami, w dodatku taka, którą można, a nawet trzeba leczyć. Dlatego powinno się o niej mówić, by chorzy wiedzieli kiedy i z jakimi dolegliwościami pójść do lekarza.

- Pamiętajmy, że jeżeli zaniedbamy pierwszy stopień tej choroby, który można leczyć zachowawczo, to choroba z lekkiej stanie się zaawansowana i konieczne może okazać się leczenie operacyjne, które zawsze obarczone jest pewnym niepokojem. Lepiej nie doprowadzać do takiej sytuacji - zachęca specjalista.

## **Hemoroidy: kiedy lepiej wybrać się natychmiast do lekarza**

Z wizytą nie należy zwlekać, gdy pojawia się krwawienie - **każde krwawienie z odbytu powinna zostać zdiagnozowane**. Wskazaniem do wizyty u lekarza jest także występowanie cienkiego, ołówkowego stolca, a także zmiana rytmu wypróżnień, wrażenie niepełnego wypróżnienia oraz świąd i ból w okolicy odbytu.

Kiedyś choroba hemoroidalna zarezerwowana była głównie dla pacjentów 50 plus - właśnie między innymi dlatego kolonoskopię zaleca się po pięćdziesiątce.

- Niestety, obecnie na oddziały chirurgii onkologicznej trafia coraz więcej młodych ludzi. W dużej mierze dlatego, że lekceważone są wczesne objawy choroby, gdy wiele można jeszcze zdziałać leczeniem nieinwazyjnym - zwraca uwagę dr Tulimowski.

## **Hemoroidy w ciąży**

Warto zaznaczyć, że w ciąży objętość krwi krążącej zwiększa się 25 do 40 proc., a tym samym wzrasta nacisk na łożysko naczyniowe, a w konsekwencji dochodzi do patologii.

Najbardziej uciążliwe objawy hemoroidów w ciąży to problemy z wypróżnianiem, towarzyszące mu zaparcia, które są niemal integralną częścią ciąży, ciągłe parcie na stolec, uczucie niecałkowitego wypróżnienia.

- Ciężarna ma z tego powodu ogromny dyskomfort, ale może też być tym przestraszona, ponieważ często nie umie rozróżnić, czy jest to choroba układu pokarmowego, odbytnicy czy może związane jest to z ciążą. Nie jest w stanie określić, czy to coś groźnego i czy powinna zgłosić się z tym do lekarza - mówi ginekolog.

Zatem jakie objawy powinny kobietę w ciąży skłonić do wizyty u specjalisty? Zawsze, gdy pojawia się krwawienie z odbytu. Pierwsze skojarzenie, gdy dojdzie do takiej sytuacji, dotyczy strachu o ciążę i lepiej, aby to specjalista ocenił.

Zaniepokoić powinna też zmiana częstości wypróżnień. Ciężarne skarżą się też na dyskomfort podczas siedzenia, pieczenie i świąd w okolicy odbytu, ból, zwłaszcza w trakcie defekacji.

- Proszę zwrócić uwagę na dylematy - kobieta znowu nie wie, czy to wynika z choroby przewodu pokarmowego, czy z kłopotów związanych z rozwojem dziecka. Profilaktyka hemoroidów w ciąży jest niezwykle ważna także z tego powodu, że pozwala uniknąć niepotrzebnego strachu i stresu - zwraca uwagę lekarz.

## **Hemoroidy: domowe sposoby, by nie mieć z nimi kłopotów**

Warto zacząć od zmiany diety na bogatą w błonnik, która oprócz tego, że działa korzystnie na metabolizm i wspomaga odchudzanie (a nadwaga sprzyja hemoroidom), to także zmniejsza możliwości tworzenia się stanu zapalnego hemoroidów. Pomocne jest dbanie o ilość wypijanych płynów, co najczęściej ułatwia wypróżnianie (powinno ich być 2-3 litry na dobę) oraz unikanie silnego parcia na stolec.

Konieczna może okazać się też zmiana trybu życia, redukcja wagi ciała, unikanie długotrwałej pozycji siedzącej i stojącej, zwiększenie aktywności fizycznej.

Procentuje staranność o higienę okolic odbytu i okolic intymnych, gdy czujemy, że coś jest nie tak pomocne mogą okazać się ciepłe kąpiele lub nasiadówki z kory dębu.

- To metoda znana od lat, wywodząca się jeszcze z medycyny chińskiej. Ciepło kąpieli działa kojąco na napięcie zwieraczy, zmniejsza się siła skurczy, co ułatwia przepływ krwi w hemoroidzie, a dzięki temu dolegliwości bólowe ustępują - mówi dr Tulimowski.

Niezbędne może też okazać się włączenie leczenia zachowawczego, które polega na zastosowaniu doodbytnicznych czopków, kremów lub maści. W większości są to preparaty bez recepty.

## **[Co to są żylaki, skąd się biorą i czy można ich uniknąć](#)**

Wybierając odpowiedni preparat należy sprawdzić jednak, czy ma on status leku co oznacza, że jest dokładnie przebadany, a jego skuteczność udowodniona. Aby był skuteczny, powinien mieć działanie przeciwzapalne, ponieważ choroba hemoroidalna to stan zapalny. Ważne jest też działanie przeciwobrzękowe i przeciwbólowe.

Do wizyty u lekarza pacjentów zmusza przede wszystkim ból (choć lepiej nie czekać na ten objaw!).

Dla wielu chorych jest najistotniejszym problemem, bo często uniemożliwia pracę.

- Trudno siedzieć cały dzień przy komputerze, albo przy kasie, gdy taka pozycja wzmaga dolegliwości. Warto też wziąć pod uwagę, że zmniejszenie objawów bólowych spowoduje sprawniejsze leczenie innych objawów. Dlatego dobry preparat powinien działać szybko przeciwświądowo i znieczulająco - odczuwalne efekty czyli ustąpienie bólu powinny pojawić się już po około 10 minutach od zastosowania preparatu - zwraca uwagę specjalista.

W tym kontekście dobre efekty daje lidokaina, która jest substancją miejscowo znieczulającą i łagodzącą świąd, pieczenie i ból. Z kolei tribenozyd działa przeciwzapalnie, przeciwobrzękowo przeciwbólowo, a także przeciwdziała uszkodzeniom śródbłonna naczyń. Biorąc pod uwagę jak często hemoroidy dokuczają w ciąży ważną informacją jest czy preparat można stosować w ciąży i w czasie laktacji.

- Metoda leczenia powinna być dobrana indywidualnie do pacjenta i towarzyszących mu dolegliwości. Powinniśmy też uwzględnić preferencje pacjenta ponieważ niektóre z dostępnych metod są bardziej inwazyjne i nie dla każdego do przyjęcia - zwraca uwagę dr Tulimowski.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30914.html>



21-05-2026

## **Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej**

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

## **Kleszcz to tylko pośrednik**

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

## [Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#)

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.



21-05-2026

## [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#)

Bez zapylaczy nie ma części produkcji żywności.



21-05-2026

## [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#)

Elektrodę, która przepuszcza aż 94 proc. promieniowania podczerwonego.



21-05-2026

## [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

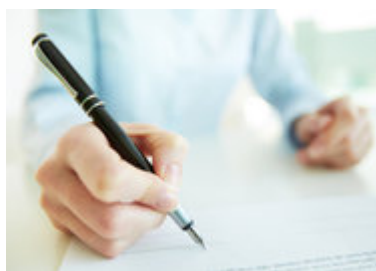
To wynik badania, w którym brało ponad tysiąc par matka-dziecko.



21-05-2026

## [Problemy ze snem związane z ryzykiem choroby Alzheimera u kobiet](#)

Informuje „Journal of Prevention of Alzheimer's Disease”.



21-05-2026

## [Zespół policystycznych jajników zmienił nazwę](#)

Informuje "The Lancet".

**Informacje dnia:** [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczzerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz](#)

[to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej Kleszcz to tylko pośrednik Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

## **Partnerzy**