

## 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 Medikamentenbedingt, 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, aber ist verständlicherweise unangenehm für Sie, alleine schon wegen der ungewöhnlichen Position. Wir bedauern dieses, möchten Ihnen aber gerne helfen... und es ist schnell vorbei! Stuhl-, Blut- oder Hautproben sind ergänzend manchmal notwendig.

### 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 rauhem WC Papier. Mit weichem Handtuch abtupfen / mit Haartrockner (kühl!) föhnen*
- *Warme Sitzbäder mit Kamillebadezusatz (2-3x täglich)*
- *Zum Duschen / Baden unparfümierte Seife verwenden*
- *Gaze in After einlegen, wenn der After häufig feucht ist oder Sekret leckt*
- *Lose Baumwolle Unterwäsche tragen und enge Synthetikkleider (z.B. „bodies“) vermeiden*
- *Stuhl weich halten (aber nicht breiig!) mit Quellmitteln (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 Mut verlieren, Arzt befragen.*
- *Kampfer ist als pflanzliches Heilmittel lokal appliziert häufig hilfreich*