

Hitliste der meistgesuchten Krankheiten bei „Doktor Google“

Alles zu Ursachen, Symptomen und Behandlung bei Hämorrhoiden

Das Helios Klinikum Berlin-Buch hat in einer Analyse untersucht, welche Krankheiten und Symptome in Deutschland besonders oft im Internet gesucht werden. In der Rangliste haben es die Hämorrhoiden auf Platz drei geschafft. Mit einem Suchvolumen von 368.000 innerhalb eines Jahres, was fast fünfmal so hoch ist wie das Suchvolumen von Migräne (74.000), scheinen sich auffällig viele Betroffene über dieses Volksleiden im Internet zu informieren. Wir erklären, woher ein Hämorrhoidal-Leiden kommen kann, wie es erkannt wird und was Betroffene tun können, auch zur Vorbeugung.

Das Hämorrhoidal-Leiden ist eine der häufigsten Erkrankungen in den Industrienationen. So sind symptomatische Hämorrhoiden ein typisches Volksleiden, das etwa 70 Prozent aller Erwachsenen im Laufe ihres Lebens betrifft, wobei Männer und Frauen etwa gleich häufig betroffen sind. In einer Körperregion, über die ungern gesprochen wird, zeigen sich durch vergrößerte Hämorrhoiden häufig unspezifische Symptome wie Juckreiz, Brennen, Blutauflagerungen auf dem Stuhlgang oder auch Schmerzen. Die eigentlich gutartige Erkrankung kann frühzeitig behandelt werden und kann unbehandelt im fortgeschrittenen Stadium zu starken Beschwerden führen. Die Therapie-Möglichkeiten reichen von Hausmitteln bis hin zur Operation in weiter fortgeschrittenen Fällen.

Was sind Hämorrhoiden?

„Jeder Mensch hat Hämorrhoiden. Hämorrhoiden sind natürliche Schwellkörper, die aus einem gut durchbluteten Gefäßgeflecht von Venen und Arterien im oberen Analkanal bestehen. Neben den Schließmuskeln (grobe Kontinenz) sind sie für die Feinabdichtung notwendig. Krankheitswert haben Hämorrhoiden erst, wenn sie dauerhaft vergrößert sind und Beschwerden verursachen. Wir Proktolog:innen sprechen dann von einem Hämorrhoidal-Leiden“, erklärt Dr. med. Miriam Baur,

Oberärztin der Allgemein- und Viszeralchirurgie, Bereichsleiterin Koloproktologie im Helios Klinikum Berlin-Buch.

Ein Hämorrhoidal-Leiden entsteht durch die Vergrößerung der Gefäßpolster und die langsame Verlagerung derselben nach außen. Diese Vergrößerung und Lageveränderung der Gefäßpolster wird in vier Grade eingeteilt:

- Grad 1: Die Hämorrhoiden sind vergrößert, aber nicht tastbar oder von außen sichtbar und verursachen normalerweise wenig oder keine Beschwerden.
- Grad 2: Die Hämorrhoiden sind vergrößert und können beim Stuhlgang oder bei körperlicher Anstrengung aus dem After hervortreten, ziehen sich aber normalerweise von selbst zurück. Symptome können Blut im Stuhl, Nässen, Brennen, Jucken und kurzzeitige Schwellungen sein.
- Grad 3: Die Hämorrhoiden sind so stark vergrößert, dass sie beim Stuhlgang oder Anstrengung aus dem After heraustreten. Sie ziehen sich nicht mehr von selbst zurück, können jedoch mit den Fingern zurückgeschoben werden. Symptome können analer Schmerz, Einschränkung der Stuhlkontrolle und Gefühl von unvollständiger Darmentleerung sein.
- Grad 4: Die Hämorrhoiden sind sehr stark vergrößert, treten dauerhaft aus dem After aus und können nicht manuell zurückgeschoben werden. Es kann auch zu einem Analprolaps kommen, bei dem ein Teil der Analschleimhaut sichtbar wird.

Ursachen von Hämorrhoidal-Leiden

Die Ursachen für symptomatische Hämorrhoiden sind erhöhter Druck auf den Analkanal, der durch verschiedene Faktoren wie Verstopfung, sitzende Lebensweise, ballaststoffarme Ernährung, Schwangerschaft und genetische Veranlagungen verursacht werden kann.

Wie kann man Hämorrhoiden vorbeugen?

Um Hämorrhoiden vorzubeugen, ist eine gesunde Lebensweise entscheidend. Dazu gehört eine Ernährung, die reich an Ballaststoffen ist und Vollkornprodukte, Obst, Gemüse und Hülsenfrüchte umfasst. Ballaststoffe fördern einen regelmäßigen und

weichen Stuhlgang. Ausreichend Flüssigkeit zu trinken, vorzugsweise 1,5 bis 2 Liter pro Tag, unterstützt ebenfalls die Stuhlgangregulierung. Es ist wichtig, auf den natürlichen Stuhldrang zu achten und die Toilette aufzusuchen, wenn er sich bemerkbar macht, ohne dabei zu stark zu pressen.

„Regelmäßige körperliche Aktivität und Sport sind ebenfalls förderlich für eine gesunde Verdauung und können dabei helfen, einem Hämorrhoidal leiden vorzubeugen“, so Dr. Baur.

Behandlungsmöglichkeiten bei Hämorrhoidal-Leiden:

Im Falle von Hämorrhoiden gibt es verschiedene Behandlungsmöglichkeiten, abhängig vom Schweregrad:

- Bei Hämorrhoiden ersten Grades kann eine Anpassung des Lebensstils, einschließlich ballaststoffreicher Ernährung, ausreichender Flüssigkeitszufuhr und regelmäßiger Bewegung, ausreichen. Bei Bedarf können auch Salben oder Zäpfchen zur symptomatischen Linderung eingesetzt werden.
- Für Hämorrhoiden zweiten Grades können Verfahren wie Verödungsbehandlung (Sklerosierung, Einspritzen eines Medikaments bringt Hämorrhoidalknoten zum Schrumpfen) oder die Anlage von Gummibandligaturen (erweiterte Blutgefäße werden mithilfe eines kleinen, engen Gummirings abgeschnürt) sinnvoll sein.
- Schwere Fälle von Hämorrhoiden (Grad 3 und 4) erfordern möglicherweise operative Eingriffe. Die geeignete Operationsmethode hängt vom individuellen Befund ab.

Der richtige Zeitpunkt für die ärztliche Behandlung

Vergrößerte Hämorrhoiden führen zu schmerzhaften Beschwerden. Viele Betroffene gehen jedoch zu spät zum Arzt, die Krankheit ist noch immer ein Tabuthema.

„Warten Sie nicht zu lang mit dem Arztbesuch, denn zu Beginn genügen oft einfache Maßnahmen zur Behandlung und ein weiteres Anschwellen der Hämorrhoiden kann verhindert werden“, so Dr. Baur.



Über die Recherche

Das Helios Klinikum Berlin-Buch hat untersucht, welche Krankheiten sowie Symptome in Deutschland innerhalb eines Jahres am häufigsten gegoogelt werden. Für den Zeitraum Mai 2022 bis Mai 2023 wurde per Google Ads das Suchvolumen von insgesamt 141 Krankheiten und Symptomen innerhalb Deutschlands analysiert. Die Auswahl der Symptome und Krankheiten basiert auf mehreren Artikeln zu häufigen Krankheiten in Deutschland, wie auf [krankenkassen.de](https://www.krankenkassen.de), [Deutschlandfunk Nova](https://www.deutschlandfunknova.de) oder dem [Spiegel](https://www.spiegel.de).

— **Weitere Informationen zur Untersuchung [hier](#).**



— **Fotocredit:** ©New Africa/ Adobe Stock

Bildunterschrift: Das Hämorrhoidal-Leiden ist eine der häufigsten Erkrankungen in den Industrienationen.



Fotocredit: Thomas Oberländer | Helios Kliniken

Bildunterschrift: Dr. med. Miriam Baur, Oberärztin der Allgemein- und Viszeralchirurgie, Bereichsleiterin Koloproktologie im Helios Klinikum Berlin-Buch.

Das **Helios Klinikum Berlin-Buch** ist ein modernes Krankenhaus der Maximalversorgung mit über 1.000 Betten in mehr als 60 Kliniken, Instituten und spezialisierten Zentren sowie einem Notfallzentrum mit Hubschrauberlandeplatz. Jährlich werden hier mehr als 55.000 stationäre und über 144.000 ambulante Patienten mit hohem medizinischem und pflegerischem Standard in Diagnostik und Therapie fachübergreifend behandelt, insbesondere in interdisziplinären Zentren wie z.B. im Brustzentrum, Darmzentrum, Hauttumorzentrum, Perinatalzentrum, der Stroke Unit und in der Chest Pain Unit. Die Klinik ist von der Deutschen Diabetes Gesellschaft als „Klinik für Diabetiker geeignet DDG“ zertifiziert. Zudem ist die Gefäßmedizin in Berlin-Buch dreifach durch die Fachgesellschaften der DGG (Deutsche Gesellschaft für Gefäßchirurgie und Gefäßmedizin), der DGA (deutsche Gesellschaft für Angiologie) und der DEGIR (deutsche Gesellschaft für interventionelle Radiologie) als Gefäßzentrum zertifiziert. Gelegen mitten in Berlin-Brandenburg, im grünen Nordosten Berlins in Pankow und in unmittelbarer Nähe zum Barnim, ist das Klinikum mit der S-Bahn (S 2) und Buslinie 893 oder per Auto (ca. 20 km vom Brandenburger Tor entfernt) direkt zu erreichen.

Helios ist Europas führender privater Gesundheitsdienstleister mit 127.000 Mitarbeitenden. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Gruppe in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien und Lateinamerika. Rund 26 Millionen Menschen entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2023 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von mehr als 12 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über mehr als 80 Kliniken, rund 230 Medizinische Versorgungszentren (MVZ) mit etwa 600 kassenärztlichen Sitzen, sechs Präventionszentren und 27 arbeitsmedizinische Zentren. Jährlich werden in Deutschland rund 5,5 Millionen Menschen behandelt, davon mehr als 4 Millionen ambulant. Helios setzt seit seiner Gründung auf messbare, hohe medizinische Qualität sowie Transparenz der Daten und ist bei 88 Prozent der Qualitätsziele besser als der bundesweite Durchschnitt. In Deutschland beschäftigt Helios rund 78.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2023 einen Umsatz von rund 7,3 Milliarden Euro. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 58 Kliniken, davon acht in Lateinamerika, über 100 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 20 Millionen Patient:innen behandelt, davon mehr als 19 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt 49.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2023 einen Umsatz von rund 4,8 Milliarden Euro.

Helios gehört zum Gesundheitskonzern Fresenius.

Pressekontakt:

Julia Talman

PR & Marketing Managerin

Telefon: (030) 9401-55534

E-Mail: julia.talman@helios-gesundheit.de

