

Sådan modvirker du udposning på tyktarmen

Udposninger på tarmvæggen – eller 'divertikler' – er en tilstand, der udvikles og forværres med alderen. Divertikler ses sjældent før 40-årsalderen, men ved 70-årsalderen har 50% af alle personer dem.

Antallet af divertikler kan variere fra få til utallige. De er oftest i den nederste del af tyktarmen, som findes i venstre side.

Symptomer

Hvis du har divertikler, vil du typisk ingen symptomer have, men har du symptomer vil de oftest være:

- ubehag og kolik-agtige smerter i venstre side af maven. Smerterne lindres ved afføring.
- luftgener
- afføringsændringer, hvor afføringen veksler mellem løs og hård.

Komplikationer

Har du divertikler, kan der opstå disse komplikationer:

- **Blødning.** Der kan opstå blødning i en udposning. Det kan være vanskeligt at påvise blødningen, der ofte går i ro af sig selv og sjældent er farlig.
- **Betændelse (divertikulitis).** Cirka 10% af alle, der lider af udposninger, får betændelse i dem. Symptomerne på betændelsen er smerter, som kan udvikle sig over timer til dage. Smerterne sidder oftest i venstre side af maven. Feber, opkastninger og kvalme kan forekomme. Afføringen kan veksle mellem diarré og forstoppelse. Der kan være blod, slim og pus i afføringen. I de fleste tilfælde går betændelsen i ro ved sengeleje og blød kost. I enkelte tilfælde er det nødvendigt at behandle med antibiotika. Gentagne betændelser kan betyde, at tarmen bliver mere snæver. Dette kan behandles med operation.

SÅDAN UNDGÅR DU KOMPLIKATIONER

Du kan imødegå komplikationerne ved at:

- spise fiberrig kost
- sørge for at have blød og regelmæssig afføring
- spise fx HUSK® eller SylliFlor. Det er meget vigtigt at drikke mindst 2 liter væske dagligt, da afføringen ellers bliver hård.
- eventuelt behandle med Movicol®, Moxalole® eller Gangiden®.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du vide mere om divertikler, kan du eventuelt læse mere på patienthåndbogen.dk. Søg på: 'divertikel'.



Kontakt

Skopiafsnit, Thisted

Tlf. 97 65 01 39

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 13.00 – 14.30