



Dr. Bassey Enodien,
Leitender Arzt Chirurgie

Bild zVg

Scham verlieren, statt Leid ertragen

Es ist einer der natürlichsten und alltäglichsten Prozesse für unseren Körper: Wir essen und wir scheiden aus. Genauso natürlich ist es, sich bei Problemen, die bei der Ausscheidung entstehen, an eine Ärztin oder einen Arzt zu wenden. Dr. med. Bassey Enodien weiss mehr über die Scham, die zu unnötigen Beschwerden bis hin zur sozialen Isolation führen kann.

«Koloproktologie- und Beckenbodenbeschwerden betreffen sehr viele Menschen – Frauen und Männer, Jugendliche und Erwachsene», sagt der Spezialist für Erkrankungen im Enddarmbereich und Anus. Er weiss, dass der Leidensdruck ohne Behandlung sehr gross sein kann. Wird eine Person zum Beispiel stuhlinkontinent – sie verliert also ungewollt Stuhlgang, wofür es verschiedene Gründe geben kann –, hat das Folgen weit über das ursprüngliche Problem hinaus: Soziale Kontakte, Sexualität, Selbstwert und Mobilität können eingeschränkt werden. «Weil viele Menschen betroffen sind und für eine Behandlung nicht weit reisen können, ist ein regionales Angebot zentral», sagt Dr. Enodien und weiss, dass sich selbst unter Kolleg:innen nur wenige auf dieses Gebiet spezialisieren. Ganz anders bei ihm: Er wünscht sich, dass die Tabus rund um diese häufig unnötigerweise nicht behandelten Leiden mit zum Teil schwerwiegenden Folgen für die Patient:innen gebrochen werden.

Kolo was?

Die Koloproktologie reicht von eingewachsenen Haaren, Abszessen und Rissen am After über Hämorrhoiden, Beckenbodenschwächen und ungewolltem Abgang von Stuhlgang, bis hin zu Darmvorfällen – sogenannten Prolapsen, sowie übertragbaren Infektionen. Sie alle sind Bezeichnungen für Erkrankungen des Enddarmbereichs und Analkanals. Einiges hängt mit der Ernährung und Bewegung zusammen, weil sie die Verdauung beeinflussen. Andere Zustände wie Schwangerschaft und Geburt oder Veränderungen im Alter können ebenso eine Rolle spielen. Häufig treten Probleme wie Fisteln oder Thrombosen auch ohne ersichtlichen Grund auf. Gleich ist bei allen Leiden vor allem aber die Scham der Be-

troffenen, sich ärztlich untersuchen und medizinisch behandeln zu lassen. «Ich hatte Patient:innen, die 15 Jahre inkontinent waren ohne einen Arzt aufzusuchen – das ist furchtbar», warnt Dr. Enodien und weiss, dass besonders bei Frauen durch Geburten Probleme auftauchen können, die umgehend ernst genommen werden müssen. Aber auch bei Jugendlichen können zum Beispiel im Bereich des Steissbeins eingewachsene Haare zu schmerzhaften Problemen und grossen Abszessen (Eiteransammlungen) führen, welche aus Scham häufig erst viel zu spät einem Arzt gezeigt werden.

Bei Beschwerden zur Ärztin oder zum Arzt

Kommt es nach einer Untersuchung bei der Hausärztin oder beim Hausarzt zu einer Behandlung beim Spezialisten, arbeiten im Kantonsspital Glarus (KSGL) verschiedene Fachbereiche zusammen: Koloproktologie, Gastroenterologie, Urologie und Gynäkologie. Für jeden Patienten und jede Patientin stellt das KSGL das optimale Behandlungsteam zusammen; die Frage lautet: Welche Fachpersonen müssen an diesem Fall zusammenarbeiten? Auf chirurgischer Seite arbeiten am KSGL PD Dr. Eliane Angst und Dr. Bassey Enodien eng zusammen. Sie führen beispielsweise einfachere Eingriffe bei Hämorrhoiden und auch komplexe Behandlungen bei Fisteln oder Prolapsen durch. Unter einem Prolaps versteht man zum Beispiel einen Anal- oder einen Mastdarmvorfalle mit einer Ausstülpung nach aussen.

Ein umfassendes Angebot für Betroffene im Glarnerland

«Wir haben uns entschlossen, hier in Glarus die gesamte Versorgung der Koloproktologie und des Beckenbodens aufzubauen, weil die nächsten Anlaufstellen zu weit weg sind. Denn bei Stuhlinkontinenz ist es kaum möglich, eine Stunde

lang nach Zürich zu fahren und dort auch noch zu warten», betont Enodien. Ebenfalls um den Menschen die falsche Scham zu nehmen, setzt er auf die Empfehlung unter Betroffenen: «Erleben die Leute erst einmal selbst, dass man sich im Glarnerland von Spezialisten behandeln lassen kann, für die Probleme am 'Füdl' etwas ganz Normales sind, empfehlen sie eine Untersuchung auch ihren Bekannten mit ähnlichen Problemen.»

Ein natürlicher Prozess im Leben

Menschen atmen ein und aus. Wenn wir essen, müssen wir es wieder ausscheiden. Wie die Atmung, muss die Ausscheidung bei jedem Menschen stattfinden. Das beginnt bereits mit der Geburt. Kommt ein Kind ohne After zur Welt, muss dieser operativ angelegt werden. Auch Teenager und junge Erwachsene können bereits unter chronisch entzündlichen Darmerkrankungen leiden, die zu Fisteln und Abszessen im Schliessmuskelapparat führen. Fisteln sind Kanäle, die durch entzündete Drüsen im Bereich des Analkanals oder spontan bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen entstehen. Diese Fisteln stellen eine Verbindung vom Darminnern nach aussen dar, durch welche Bakterien in den Körper gelangen und zu Infektionen und Abszessen im Bereich des Schliessmuskelapparats führen. Am Schliessmuskel lässt sich aber nicht einfach etwas weg-schneiden, weil eine Inkontinenz die Folge wäre. Es gibt deshalb viele verschiedene Varianten von Operationen, um sich an die Lösung heranzutasten. Das zeigt: Jeder Mensch ist anders und braucht in der Koloproktologie seine individuelle Behandlung.

Heilung möglich, Vorbeugung auch

Der natürliche Prozess vom Essen bis zur Ausscheidung hat den Vorteil, dass er sich durch das Verhalten beeinflussen

lässt. «Ein normaler Stuhlgang hat etwa die Konsistenz einer Curry Wurst oder, etwas schweizerischer, eines Cervelats», liefert Dr. Bassey Enodien den ebenso unkonventionellen wie praktischen Vergleich. So führt zum Beispiel zu harter Stuhl zur Verstopfung und zum Pressen beim Stuhlgang; dies begünstigt die Entstehung von Hämorrhoiden ebenso wie das lange Sitzen auf dem WC. Eine faserreiche Ernährung ist wichtig für weichen Stuhl. Dazu zählen naturbelassene Lebensmittel, frische Früchte, Gemüse und Salat. Tierische Fette und rotes Muskelfleisch sollten dagegen massvoll genossen werden. Ausserdem helfen Flohsamenschalen: Sie quellen im Darm auf, helfen gleichermassen gegen zu festen oder auch zu flüssigen Stuhl und erleichtern somit die Stuhlentleerung.

Ganzheitlich bewegen und mit Wasser waschen

Viele Menschen bewegen sich heute weniger, als es natürlicherweise vorgesehen ist. Weil fehlende Bewegung, zum Beispiel langes Sitzen im Büro, die Verdauung beeinträchtigen kann, sind in den Alltag integrierte Formen wie Gehen oder Velofahren sowie bewusstes Beckenbodentraining während der Arbeit zentral. Beckenbodentraining bietet das KSGL unter anderem auch innerhalb von Pilates-Kursen für ganzheitliches Körpertraining an. Ausserdem lassen sich durch die richtige Hygiene Probleme am After vermeiden. Dazu Dr. Bassey Enodien: «Wir waschen nichts trocken ab – keine Hände, kein Geschirr, kein Auto – nur unser 'Füdl' nach dem Stuhlen. Das ist nicht logisch und auch nicht gut.» Richtig wäre deshalb die Reinigung mit Wasser, sei es auf einem Bidet, mit einer im WC integrierten Duschfunktion oder mit einer Po-Dusche, die in Flaschenform für wenig Geld im Fachhandel erhältlich ist.

■ Kantonsspital Glarus
Chirurgische Klinik
Burgstrasse 99
8750 Glarus
www.ksgl.ch



Kontakt / Terminvereinbarung:
T 055 646 33 01
chirurgie@ksgl.ch

Behandlungen im Bereich Koloproktologie am KSGL

Hämorrhoiden

Thrombosen

Analekzem

Analer Juckreiz

Risse in der Analschleimhaut

Analabszesse

Analfisteln

Steissbeinfisteln

Chronische Verstopfung

Beckenbodeninsuffizienz

Analvorfall

Mastdarmvorfalle

Stuhlinkontinenz

Veränderungen bei Morbus Crohn
und Colitis ulcerosa, sowie gutartigen
und bösartigen analen Tumoren