



KRVAVITVE IZ DANKE

Klemen Steblovnik

1. Zakaj pride do krvavitve iz danke?

Vzrokov za krvavitev iz danke je mnogo in so pogosti. Velika večina jih je nenevarnih in samoomejujočih. Težko je določiti natančno pogostost posameznih vzrokov, ti pa se tudi precej razlikujejo med različnimi skupinami bolnikov (glede na starost, pridružene simptome, splošno zdravstveno stanje).

Med nenevarnimi vzroki krvavitev so najpogostejši hemoroidi in razpoke zadnjika (fisure). Hemoroidi so tkivne blazinice, napolnjene z žilnimi vozli. Največ težav povzročajo notranji vozli. Ker v tem delu sluznice ni živčnih končičev, hemoroidi ne bolijo, prisotna pa je sveža krvavitev. Kri je bodisi na blatu bodisi po koncu odvajanja kaplja v školjko. V zunanjih vozlih lahko pride do strjevanja krvi in pojava tromboziranih hemoroidov. Za razliko od notranjih hemoroidov je to zelo boleče stanje. Pri ljudeh, ki poredko odvajajo trdno blato, lahko ob napenjanju pride do razpoke v sluznici zadnjika. Pri tem nastane sveža krvavitev, vidna kot pas krvi na blatu ali madež na toaletnem papirju. Odvajanje spremlja ostra bolečina, ki navadno traja še razmeroma dolgo časa. Večina razpok se ob skrbi za pravilno prehrano in nego sama zaceli.

Pogost vzrok krvavitve iz danke, posebej pri starejših od 50 let, je divertikuloza. V steni debelega črevesa se pojavljajo izbočenja v obliki vrečk – divertikli. Kronične vnetne črevesne bolezni so tudi med pogostejšimi vzroki krvavitev iz danke. Glavna predstavnika te skupine sta Crohnova bolezen in ulcerozni kolitis. V obeh primerih je v črevesni steni prisotno kronično vnetje, ki poteka v zagonih in se kaže z bolečinami v trebuhu, spremenjenim režimom odvajanja blata, pogosto pa tudi s krvavitvami. Te niso obilne, kri pa je večkrat pomešana s sluzjo. Pogosta je driska. Rak debelega črevesa in danke postaja vse bolj pogosta oblika raka pri nas, pri obeh spolih. Bolezen se začne pojavljati po 50. letu starosti in napreduje počasi. K sreči se dokaj zgodaj pokaže, ponavadi ravno s krvavitvijo iz danke. Pri tem je kri pomešana z blatom, krvavitev pa lahko za krajši ali daljši čas tudi preneha.

Poleg omenjenih obstaja še precej drugih, a redkejših vzrokov za krvavitev iz danke. Med njimi so: polipi, arteriovenske malformacije, motnje v strjevanju krvi (t.i. koagulopatije), ishemični kolitis, sluznične razjede, endometrioza, Meckelov divertikel, poškodbe (na primer spolna zloraba) in drugi.

2. Kdaj in kako si lahko pomagata sami?

Vzroki za krvavitve iz danke so raznoliki in zato ni univerzalnega načina zdravljenja. Načeloma pa velja, da lahko z nekaterimi preprostimi načeli izboljšamo nastanek in prehod blata skozi črevo ter tako pripomoremo k zdravju prebavil. Pomembni so: velik vnos tekočine (1,5 do 2 litra na dan), hrana z veliko vlakninami in balastnimi snovmi, dobra higiena predela okoli zadnjika, odvajanje blata s čimmanj napenjanja. V primeru bolečine v okolici zadnjika pomaga hlajenje (na primer z zavojčki ledu). Nekatera mazila in svečke v prosti prodaji so lahko nevarna, saj ublažijo simptome tudi pri nekaterih resnih boleznih in bolnik odlaša z obiskom zdravnika.



3. *Kdaj morate k zdravniku?*

V vseh primerih krvavitve iz danke je priporočljivo obiskati zdravnika, še posebej pri starejših od 45 let in če težava v nekaj dneh ne izgine.

4. *Katere ukrepe zdravnika lahko pričakujete?*

Za zdravnika bodo pomembni podatki o morebitnih podobnih težavah v preteklosti, ostalih zdravstvenih težavah, o jemanju zdravil (še posebej nesteroidnih antirevmatskih zdravil), o barvi krvi na blatu, moči krvavitve, prisotnosti sluzi v blatu. Pomembni so tudi podatki o pridruženih težavah; tako na primer utrujenost in hujšanje pri starejših bolnikih kažeta na večjo verjetnost rakave bolezni, bolečine v trebuhu z drisko in sluzjo v blatu pri mlajšem odraslem pa na kronično vnetno črevesno bolezen. V teh primerih je še pomembneje obiskati zdravnika. Pri zdravniškem pregledu je poudarek na pregledu trebuha, analne odprtine in rektalnem pregledu. Na ta način se navadno odkrije večina vzrokov za krvavitve (hemoroidi, razpoke, trombozirani zunanji vozli). Kljub temu pa je pomembno pregledati tudi preostanek debelega črevesa, da bi izključili preostale možne izvore krvavitve. Pogostejše preiskave, s katerimi to dosežemo, so: proktoskopija, sigmoidoskopija, kolonoskopija, pregled krvi, angiografija trebušnega žilja ter nekatere druge slikovne preiskave.

5. *Katere so najpogostejše diagnoze ob krvavitvi iz danke?*

Najpogostejša diagnoza v primeru krvavitve iz danke so hemoroidi in druge nenevarne bolezni, kot sta analna razpoka in tromboza zunanjega vozla. Pri mladih so precej pogoste še kronične vnetne bolezni črevesa (Crohnova bolezen in ulcerozni kolitis), pri starejših pa divertikuloza, polipi ter rak debelega črevesa in danke.

6. *Kateri so načini zdravljenja?*

Zdravljenje je odvisno od vzroka in sega od prehranskih nasvetov ter nasvetov v zvezi z nego tega predela ter uporabo zdravil v obliki svečk do velikih operacij. Zdravljenje same krvavitve pa je odvisno od dodatnih težav, ki jih ima bolnik. Če zdravnik ugotovi slabokrvnost, jo zdravimo z nadomestki železa. Močnejšo krvavitve z anemijo in znaki šoka (bledica, pospešen pulz, nizek krvni tlak) pa je potrebno zdraviti v bolnišnici. Včasih je potrebna celo transfuzija krvi. Nadaljnje ukrepanje je odvisno od najverjetnejše diagnoze.

7. *Kako poteka spremljanje bolnika s krvavitvijo iz danke?*

Vsak vzrok krvavitve iz danke je potrebno ugotoviti. Spremljanje je odvisno od vzroka. Načeloma pa velja, da negativen rezultat endoskopskega pregleda črevesa pomeni, da je naslednji pregled potreben šele čez 3 do 5 let.



8. *Ali in kako lahko krvavitev iz danke preprečite?*

Zaradi množice vzrokov, ki lahko povzročijo krvavitev iz danke, je težko svetovati, kako jo preprečiti. Gotovo redno prehranjevanje z veliko mero vlaknin v hrani, redno odvajanje blata, ustrezna higiena in športna dejavnost samo koristijo. Vedno pa krvavitev iz danke predstavlja opozorilo, da je nekaj narobe. Čeprav je krvavitev v večini primerov res nenevarna, je potrebno to opozorilo upoštevati in obiskati zdravnika. Zaradi povečane verjetnosti razvoja rakave bolezni je to opozorilo še posebej pomembno za starejše od 50. let.