

>> **Je schreef er een boek over. Wat hoop je daarmee te bereiken?**

'Ik hoop dat mensen die een probleem hebben in hun anale regio, dat leren herkennen en erkennen. Ik hoop ook dat de drempel om tot bij een proctoloog te gaan, verlaagd wordt. Heel veel patiënten die ik zie, lopen al maanden of zelfs jaren rond met hun klachten. Omdat de drempel om ze te delen met de huisarts, of zelfs de partner, te hoog is. Ze ervaren af en toe bloedverlies, soms een drukkende pijn, of een beetje jeuk en accepteren dat. Maar ze weten niet dat ze dat niet hoeven te accepteren, dat er een oplossing mogelijk is. Ik hoop dat het over tien jaar net zo normaal wordt als zeggen dat je naar de tandarts gaat: 'Ik heb wat anale jeuk, ik moet naar de proctoloog.' Laten we het taboe doorbreken!'

Wat hoor jij het vaakst op consultatie?

'Zonder twijfel: 'Ik heb last van aambeien.'

En hebben ze dan ook aambeien?

'Maar nee! Als je kijkt naar welke ziektes er in België het meest gegoogeld wordt, zie je dat 'aambeien' op nummer vijf staat. Er komt geen enkele andere anale aandoening voor in de top honderd. Terwijl écht niet iedereen met een probleem in de anale regio last heeft van aambeien. Mensen kennen de woorden niet voor hun probleem. Ze gaan – als ze durven – naar een apotheek voor een aambeienzalf, terwijl ze dat helemaal niet nodig hebben. Dan worden hun klachten niet minder en het taboe zelfs groter: ze denken dat er geen oplossing is. De basic kennis ontbreekt. Ook dat is een reden waarom ik dit boek geschreven heb. Mensen moeten hun aars leren kennen.'

'Mensen kennen de woorden niet voor hun probleem. Echt niet iedereen met een probleem in de anale regio heeft last van aambeien'

ALLEMAAL AAMBEIEN?

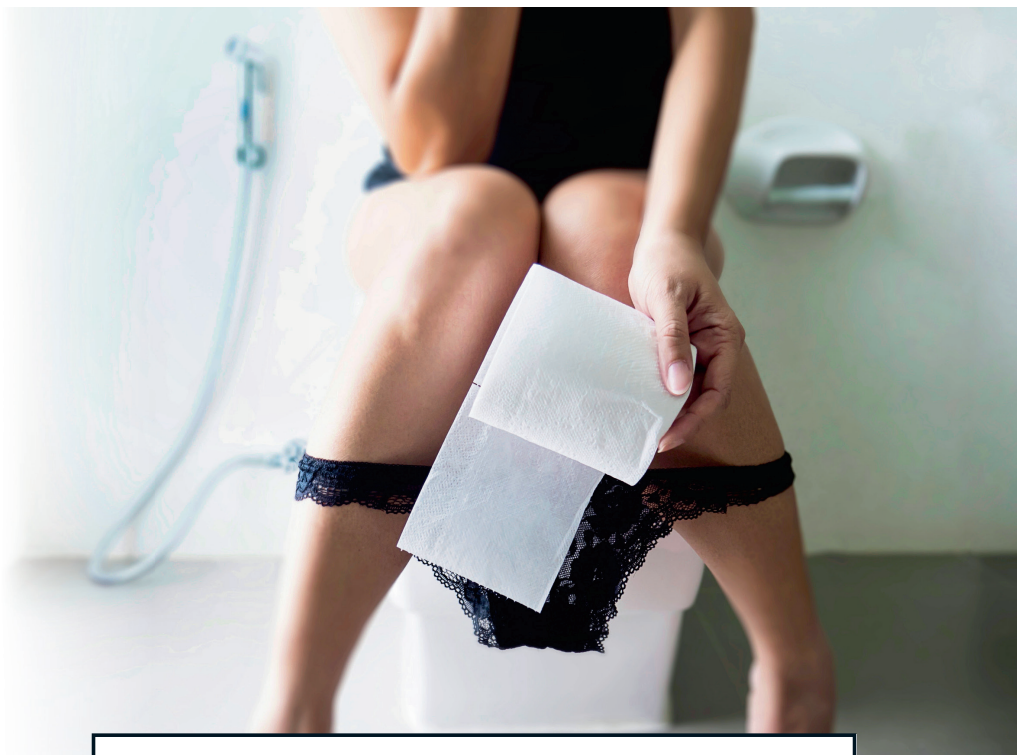
Zo ongeveer het enige anale probleem met een klein beetje ruchtbaarheid: aambeien. En net daardoor denken veel mensen bij problemen in de anale regio automatisch dat het dat wel moet zijn. Tijd om verder te kijken. Maar eerst, wat is ook alweer een aambeel?

• **Aambeien:** kleine zakjes gevuld met bloed in het rectale kanaal. We hebben ze allemaal en ze dienen om het gaatje van de aars mooi af te sluiten. Wanneer we ons ontlasten, lopen de aambeien leeg en kan de aars mooi openen. Maar door te lang of te hard persen kunnen deze zakjes met bloed groter worden of naar buiten komen te pullen. En dat doet zeer. In de meeste gevallen kan een aanpassing van het voedingspatroon of betere toiletgewoontes het oplossen. Maar bij een klein deel is een operatie toch nodig.

• **Marisken:** kleine nutteloze huidflapjes rond de anus. Ze zijn onschuldig, pijnloos en bloeden niet. Ze kunnen wel de hygiëne bemoeilijken doordat stoelgangresten eraan blijven hangen. Dat kan weer leiden tot overmatig wrijven met wc-papier en dus irritatie. De marisken kunnen operatief verwijderd worden. Die procedure wordt 'anal landscaping' genoemd, vrij vertaald: aarstuinieren.

• **Anale soa (seksueel overdraagbare aandoening):** Bij een anale soa denken we vaak aan hiv, maar de meestvoorkomende is chlamydia. Een genitale soa kan dus ook in de anus aangetroffen worden. Pijn, etter, jeuk of zweertjes: het kan allemaal wijzen op een anale soa. Soms geeft een anale soa helemaal geen klachten. De behandeling ervan is meestal dezelfde als van de genitale variant: een pilletje!

• **Anale kloof:** Een anaal kloofje is een oppervlakkig scheurtje in de huid rond de anus en komt vaak voor. Meestal heelt het vanzelf. Een anale kloof of 'fissuur' is ernstiger, en is een veel diepere scheur in de huid, soms zelfs tot op de kringspier. Een anale kloof geeft een hevige, scherpe pijn bij stoelgang en soms wat bloedverlies. Zalfjes en stoelgangverzachtters kunnen de boel nog redden in de eerste zes weken. Blijft het probleem aanhouden, dan rest alleen een ingreep.



WIST-JE-GATJES

Heel nuttig is deze kennis niet. Maar de volgende keer dat het gesprek stilvalt, weet jij wat te zeggen:

JE BEERT EEN OLIFANT
Tussen 3 keer per dag en 3 keer per week ontlasten is normaal.

We produceren gemiddeld tussen de 100 en 200 gram stoelgang per keer, maar als je veel groenten en fruit eet, kan dat oplopen tot een halve kilo. Gemiddeld gezien kan je uitgaan van zo'n 200 gram stoelgang per dag. In een leven komt dat neer op zo'n 6.000 kilo. Je kan dus zeggen dat je in je leven één Afrikaanse olifant hebt gelegd.

ANALE JEUK KAN JE WEGTATOEËREN

Wat doe je als je alles al geprobeerd hebt tegen anale jeuk waarvan de oorzaak niet gekend is? Als medicatie niet

helpt: zet er een tattoo over. Niet om de vrolijke toets, wel om er de zenuwuiteinden te vernietigen. De tattoo is blauw – ja, dan heb je dus een blauwe anus – maar de kleur verdwijnt vanzelf. En de anale jeuk is bij 85 procent verleden tijd.

DE WITTEBROODS-SCHEET KOMT NA ...?

De eerste date, eerste kus en eerste keer 'ik zie je graag': memorabele momenten in een relatie. Maar er is er nog een: de eerste scheet. Uit een rondvraag bleek dat stelletjes er gemiddeld vijf maanden over doen om hun eerste scheet bij elkaar te laten. En dat is goed. Voor je darmen én relatie, want relaties van mensen die geen scheten

durven te laten, houden blinkbaar minder lang stand.

NAPOLEON VERLOOR WATERLOO DOOR AAMBEIEN

De theorie zegt dat de generaal op de ochtend van de Slag bij Waterloo hiervoor verzorgd werd, en daardoor later dan gepland ten strijde kon trekken. Ook kon hij niet in het zadel zitten, waardoor hij niet aan de frontlinie was om zijn troepen van gepaste strijdplannen te voorzien. Of aambeien echt de oorzaak zijn, is niet zeker. Dat Napoleon er last van had wél. Het werd in 1860 bevestigd door zijn broer Jérôme, die dat duidelijk geen taboe vond. ■



Wat kan je nu doen tegen de meestvoorkomende aandoening? Hoe werkt dat rectale kanaal juist? En wat met anaal genot in bed? Dat en meer – veel meer – lees je in **Achterwerk** van Bart Van Geluwe (€ 22,99 Borgerhoff & Lamberigts).