

Diverticulitis

Uw medisch specialist heeft bij u de diagnose diverticulitis gegeven. In deze folder wordt uitleg gegeven over wat diverticulitis is en welke behandeling u kunt verwachten. De verpleegkundige zal deze folder met u doornemen en uw eventuele vragen beantwoorden.

De aandoening

Divertikels zijn kleine uitstulpingen van de darmwand in de buikholte. Ze ontstaan waarschijnlijk op zwakke plekken in de darmwand die bij een verhoogde druk naar buiten gaan stulpen. Divertikels kunnen gaan ontsteken als er ontlasting achterblijft in de uitstulping. Diverticulitis is een ontsteking van één of meer divertikels in de darmwand.

Oorzaak

Als er ontlasting achterblijft in een divertikel, kunnen bacteriën zich snel vermenigvuldigen, waardoor er een ontsteking kan ontstaan. De kans dat ontlasting blijft hangen in divertikels is met name aanwezig als uw ontlasting hard en droog is. Bij een soepele, zachte ontlasting blijft vrijwel nooit ontlasting achter in de uitstulpingen. Divertikels zijn volkomen onschuldig en ontstaan meestal in de dikke darm. Divertikels komen met name voor in het laatste bochtige deel van de dikke darm, omdat daar vaak de meeste druk op de darm staat.

De oorzaak van het ontstaan van divertikels is onbekend. Wel zijn er factoren die een verhoogd risico geven. Divertikels komen vaker voor bij patiënten die ouder zijn dan 40 jaar. Dit komt door een verminderde stevigheid van de darmwand. Andere risicofactoren zijn een vezelarm voedingspatroon, obesitas en weinig lichaamsbeweging.

Vezels in voeding zorgen ervoor dat de ontlasting soepel blijft en dat er geen verstopping ontstaat. Door verstopping (obstipatie) ontstaat druk op de wand van de dikke darm, waardoor divertikels kunnen ontstaan. Daarnaast zijn roken en het gebruik

van alcohol risicofactoren voor het krijgen van diverticulitis. Rookt u, dan heeft u daarnaast ook een hogere kans op het ontstaan van een gaatje in de darm (een darmperforatie) bij diverticulitis. Het gebruik van een bepaalde klasse pijnstillers, NSAID's genoemd (bijvoorbeeld diclofenac of ibuprofen), kan ook een risicofactor zijn voor het krijgen van diverticulitis.

Symptomen

Divertikels geven meestal geen klachten. Klachten die wel kunnen optreden zijn vage buikpijn, buikkrampen, obstipatie en/of diarree. De klachten ontstaan vaak pas wanneer de divertikels gaan ontsteken. Hoe het proces van diverticulitis zal verlopen, hangt af van waar de divertikels zich in uw darm bevinden, de ernst van het ontstekingsproces en de aanwezigheid van complicaties. Pas als ze ontstoken raken (=diverticulitis), kunnen de volgende klachten ontstaan:

- vaak pijn links in de buik;
- opgezette buik;
- koorts;
- misselijkheid, soms met braken;
- veranderd ontlastingspatroon (hevige diarree of juist ernstige verstopping);
- soms bloed- en slijmverlies uit de anus.

De behandeling

Voor de aanwezigheid van divertikels in de darm is geen behandeling nodig. Klachten die eventueel ontstaan, gaan vaak vanzelf over. Het is wel belangrijk dat u uw ontlasting soepel houdt om de kans op een ontsteking te verkleinen. Hoe lang diverticulitis duurt, is moeilijk te zeggen. Bij de een kan het binnen een paar dagen weg zijn, bij de ander kan het een aantal weken duren.

Almelo

Zilvermeeuw 1
Postbus 7600
7600 SZ Almelo

Hengelo

Geerdinksweg 141
Postbus 546
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

Is er bij u sprake van een ongecompliceerde acute diverticulitis dan wordt in de meeste gevallen een conservatief beleid gevolgd. Dit houdt meestal in dat er rust aan uw darm gegeven wordt.

Vaak worden de volgende behandelingsmaatregelen getroffen:

- **Voeding:** Bij diverticulitis zijn er geen dieetrestricties. U mag blijven eten. Indien er buikpijnklachten zijn heeft dit vaak wel invloed op het eten. Probeer vaker, kleinere porties te eten verspreid over de dag. Zo blijft u in een goede voedingstoestand. Een goede voedingstoestand zorgt voor een sneller herstel. Als dit niet lukt en u valt af, neem dan contact op met een diëtist voor aanvullende voedingsadviezen. Door vezelrijk te eten en voldoende vocht te gebruiken kan obstipatie en harde ontlasting worden voorkomen. Zo wordt ook vorming van nieuwe divertikels of eventuele ontsteking tegengegaan.
- U krijgt *medicatie* om de ontlasting soepel te maken en te houden en zo nodig krijgt u *pijnmedicatie*.
- **Operatie:** In sommige gevallen wordt een operatie geadviseerd. Bijvoorbeeld bij een gecompliceerde diverticulitis of wanneer er een fistel (kanaaltje) is ontstaan van de darm naar bijvoorbeeld de urineblaas. Ook kan een operatie geadviseerd worden bij aanhoudende klachten na een diverticulitis.

Weer naar huis

Als de behandeling aanslaat en u voldoende bent opgeknapt, mag u naar huis. Afhankelijk van welk behandelplan voor u is opgesteld, kan de medisch specialist een controle afspraak noodzakelijk vinden. In dat geval krijgt u een oproep thuisgestuurd.

Vragen

Heeft u na het lezen en bespreken van deze folder nog vragen? Dan kunt u dit aangeven aan de verpleegkundige die voor u zorgt.

Check uw dossier op MijnZGT

MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van uw medisch dossier inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij voor u hebben klaargezet. Kijk voor meer informatie op: zgt.nl/mijnzgt.