

## Stapler-Methode entfernt Po-Plage schmerzarm

**Jeder zweite Deutsche leidet unter schmerzhaften Hämorrhoiden. Das tägliche Sitzen am Schreibtisch wird zur Qual, es brennt und juckt bei jedem Toilettengang.**



Privat-Dozent Dr. Alexander Herold

Anfangs lassen sich die vergrößerten Gefäßpösterchen problemlos behandeln. Wem Salben und Zäpfchen nicht mehr helfen, der kann sich die lästigen Schwellkörper auch operativ entfernen lassen. Bei der schmerzarmen, auch ambulant durchführbaren „Stapler-Methode“ liftet der Arzt die Darmschleimhaut, drängt die Hämorrhoiden in ihre natürliche Position zurück und klammert die Wundränder. In der Regel genügt eine einzige Behandlung und es heißt für immer: „Hämorrhoiden

adieu“.

Jeder kennt sie, jeder hat sie, aber keiner spricht gerne darüber. Dabei sind Hämorrhoiden etwas ganz Natürliches. Sie unterstützen den Schließmuskel und vermeiden, dass Stuhl und Gase unkontrolliert austreten. Wir bemerken die Gefäßpösterchen erst, wenn sie sich vergrößern und schmerzen.

Risikofaktoren sind erbliche Bindegewebsschwäche, falsche Ernährung, zu starkes Pressen beim Stuhlgang, Bewegungsmangel oder Übergewicht. Erste Warnzeichen: Blutablagerungen auf dem Stuhl! Es gibt vier verschiedene Stufen des Hämorrhoiden-Leidens. In den ersten beiden Stadien lassen sich die Beschwerden mit Salben und Zäpfchen meist nur kurzfristig lindern. Durch medikamentöse Verödung oder die „strangulierende“ Gummiring-Abbindung sterben die Hämorrhoiden ab. Operative Maßnahmen empfehlen Ärzte in der Regel im dritten und vierten Stadium.

Herkömmliche Hämorrhoiden-Eingriffe haben unangenehme Nachwirkungen für den Patienten: Noch Tage bis sogar Wochen nach der Operation tut das Sitzen weh. Die Stapler-Methode ist viel schonender. Der Eingriff dauert maximal 20 Minuten. Ein Klammergerät entfernt kreisförmig überflüssiges Hämorrhoidalgewebe. Titanklammern verschließen die Wundränder: Es entsteht keine Wunde. Der Eingriff ist schmerzarm, die meisten Patienten können schon am nächsten Tag nach Hause gehen.

„Die Stapler-Methode wird bei ca. 15.000 Eingriffen pro Jahr eingesetzt.“, so Privat-Dozent Dr. Alexander Herold vom Enddarmzentrum Mannheim. Der Begriff „stapler“ kommt aus dem Englischen und bedeutet „heften“ – das OP-Gerät ähnelt einem Bürohefter oder Tacker.

Wichtig ist, dass der Eingriff von erfahrenen Enddarmspezialisten durchgeführt wird. Internationale Studien bestätigen eine niedrige Komplikationsrate (ca. 3%) und kürzere Liegezeiten. In Deutschland bieten ca. 600 Praxen und Kliniken die Stapler-Methode an; viele Krankenkassen übernehmen die Kosten.

---

### 10 Tipps für Hämorrhoiden-Geplagte

- Oberstes Gebot: Sauberkeit! Aber bitte mit Vorsicht, damit der After nicht übermäßig gereizt wird
- Tragen Sie atmungsaktive, hautfreundliche und kochfeste Baumwoll-Unterwäsche

- Vermeiden Sie starkes Pressen beim Stuhlgang – lassen Sie sich Zeit!
- Entzündungshemmende und schmerzlindernde Mittel nicht länger als zwei Wochen verwenden – außer in Absprache mit dem Arzt
- Sitzbäder mit natürlichen Substanzen, z. B. Kamille und Eichenrinde, lindern den unangenehmen Juckreiz
- Trinken Sie täglich mindestens zwei Liter Flüssigkeit, das fördert die Verdauung (aber: Kaffee und Alkohol in Maßen!)
- Mehr Bewegung und eine ballaststoffreiche Kost können Wunder bewirken
- Trainieren Sie täglich Ihre Beckenbodenmuskulatur durch gezielte Übungen (wiederholtes Anspannen und Lockerlassen des Schließmuskels für ca. fünf Sekunden)
- Sprechen Sie offen mit Ihrem Arzt und suchen Sie ggf. einen Enddarm-Spezialisten auf
- Wenn Sie unter Hämorrhoiden dritten und vierten Grades leiden, fragen Sie nach der Stapler-Methode: Sie ist ambulant durchführbar und entfernt die Plage schonend und schmerzarm