

Nadat een gezwollen aambeï genezen is kunnen zich rond de anus zachte huidflapjes ontwikkelen. Deze worden ook wel skintags of marisken genoemd. Als het huidflapje veel klachten geeft, kan het meestal met lokale verdoving weggehaald worden.

Deze skintags kunnen geen kwaad, maar kunnen wel voor ongemak zorgen zoals hygiënische problemen, cosmetische bezwaren of jeuk. Ze bloeden niet en doen geen pijn.

Skintags worden vaak verward met aambeïen, omdat ze tegelijkertijd kunnen ontstaan. Maar er is een duidelijk verschil. Aambeïen bevinden zich in het slijmvlies in het anale kanaal terwijl skintags bedekt zijn met huid.

Hoe kunt u skintags voorkomen?

Skintags zijn meestal het gevolg van aambeïen, dus door het ontstaan hiervan te voorkomen wordt de kans op het ontstaan van skintags kleiner. Daarvoor is het belangrijk om vezelrijk te eten, voldoende water te drinken, voldoende te bewegen, niet te lang op de wc te zitten en niet te persen. Zie ook onze folder "Leefstijladviezen voor een gezonde stoelgang".

De behandeling van skintags

Ze kunnen geen kwaad, daarom adviseren wij ze te laten zitten bij weinig of geen klachten. Voor betere hygiëne kunt u wat druppels olie (baby-, olijf- of zonnebloemolie) op uw toiletpapier doen en daarmee afvegen, dit helpt ook goed voor anale jeuk. Bij klachten kunnen skintags onder plaatselijke verdoving worden verwijderd.

Goed voorbereid op de behandeling

U mag gewoon eten en drinken van tevoren.

Als u bloedverduunners gebruikt, bespreek dan met uw chirurg of u dit moet staken. Wij raden u aan om niet met de fiets naar het ziekenhuis te komen en iemand mee te nemen om u te laten begeleiden. Neem 30 minuten voor de behandeling 2 tabletten paracetamol van 500mg in. Zorg dat u voldoende pijnstillers in huis heeft voor na de behandeling.

De behandeling van skintags

De behandeling vindt plaats in het Behandelcentrum. Tijdens de behandeling ligt u op uw buik. Onder uw hoofd en heupen krijgt u een kussen. We spreiden uw billen met tape, zodat de chirurg het huidflapje goed kan zien. De chirurg verdooft de plek waar het huidflapje zit. U voelt hierdoor geen pijn tijdens de behandeling. Als de verdoving werkt, snijdt de chirurg het huidflapje weg en worden er soms oplosbare hechtingen gebruikt. Deze hechtingen hoeven niet verwijderd te worden, maar lossen binnen 2 tot 4 weken vanzelf op. De chirurg krijgt bij de behandeling hulp van een medisch assistent. U mag muziek luisteren tijdens de behandeling, bijvoorbeeld via uw telefoon. De behandeling duurt 15 tot 30 minuten en u mag direct na de behandeling naar huis.

Adviezen na de behandeling

Gebruik pijnstillers

We raden aan om in ieder geval de eerste 2 dagen pijnstillers te gebruiken na de behandeling. Voorbeeld inname pijnstilling:

Schema 1 Paracetamol 1000 mg 4x per dag (iedere 6 uur).

Voorbeeld 1	06:00	12:00	18:00	24:00
Paracetamol 2x500mg	X	x	x	x

Schema 2 Indien u nog steeds pijn heeft, kunt u naast de paracetamol ook Ibuprofen 400 mg innemen. De maximale dosis van Ibuprofen 400 mg is 3x per dag (iedere 8 uur) 1 tablet.

Voorbeeld 2	06:00	12:00	14:00	18:00	22:00	24:00
Paracetamol 2x500mg	x	x		x		x
Ibuprofen* 400mg	x		x		x	

* Niet innemen op een lege maag

Zorg voor een makkelijke stoelgang

Eet en drink regelmatig. Eet voldoende voedingsvezels zoals zemelen, volkorenbrood, groente en fruit. Drink 1,5 tot 2 liter water per dag. En zorg dat u voldoende beweegt. Zo zorgt u dat de ontlasting zacht blijft en dat helpt bij de stoelgang. Zo nodig schrijft de chirurg een laxeermiddel voor. Het kan soms een aantal dagen duren voordat uw stoelgang weer op gang komt.

Leefregels

Doe 2 weken rustig aan. Daarmee zorgt u dat u zo snel mogelijk weer helemaal beter bent. We raden u aan om in die 2 weken:

- niet te sporten;
- geen hele dagen te staan;
- geen zwaar lichamelijk werk te doen;
- niet naar de sauna / in bad te gaan.
- Fietsen en zitten kan de eerste paar dagen pijnlijk zijn.

Verzorg de wond

U kunt in de eerste 48 uur na de behandeling de wond koelen om de zwelling te verminderen. Gebruik hiervoor bijvoorbeeld een zakje met bevroren appelstroop. Dit is makkelijk vervormbaar.

Als de wond (gedeeltelijk) open gelaten is, moet u de wond minimaal 2 maal per dag en nadat u ontlasting heeft gehad, onder de douche uitspoelen. U mag de wond niet laten weken in water. Dep de wond na het spoelen voorzichtig droog of droog met een föhn.

Controle na de behandeling

Na 8 weken is de tweede afspraak met de chirurg op de kliniek. Als het goed is, is de wond dan helemaal genezen.

Normale klachten na de behandeling

- **Bloedverlies en vochtverlies zijn normaal.** Dit gaat meestal vanzelf over. U kunt een maandverband dragen om uw kleren te beschermen.
- **Uw huid kan rood worden**
De huid kan geïrriteerd raken door vochtverlies uit de wond. Het vochtverlies gaat over als de wond genezen is. We raden u aan om de huid rond de wond met zinkoxidezalf in te smeren. Daarmee beschermt u uw huid tegen wondvocht.
- **De randen van de wond kunnen opzwellen**
Dit gebeurt meestal pas na de eerste ontlasting. Meestal verdwijnt dit vanzelf na 4 weken.
- **Soms blijft er toch nog een huidflapje zitten**
Of is het litteken onregelmatig waardoor u er last van heeft. Helaas kunnen we dat niet altijd voorkomen. Soms is een tweede behandeling nodig. De chirurg bespreekt dit met u.

Bel ons bij deze klachten:

- **Bij ernstig bloedverlies**
Als het bloeden niet stopt, blijf dan niet op de wc zitten. Ga in bed liggen en druk de wond eventueel af met een stapeltje gaasjes. Zorg dat er iemand bij u is en bel ons.
- **Bij ernstige pijn**
Als de pijn niet minder wordt bij het opvolgen van de instructie over pijnstilling.
- **Indien u zich zorgen maakt**

Contact

U kunt bellen met de Polikliniek Chirurgie 020-7557014 of buiten kantooruren (tot 22.00) met de Spoedeisende hulp 020-755 6559. Tussen 22.00 uur en 8.00 uur kunt u contact opnemen via het algemene telefoonnummer van het ziekenhuis, 020 -7557000.