



Ontlastingverlies

Ongewild ontlastingverlies is een groot probleem. Het kan vele vormen aannemen. Het kan zijn dat u een wind niet goed kunt tegenhouden. Dit kan een eerste teken zijn van een slecht werkende sluitspier of bekkenbodemp. Soms komt er wat ontlasting naar buiten zonder aandrang. Als u regelmatig een poepveeg in uw onderbroek ziet, is dat ook een vorm van verlies. Het kan zijn dat u de ontlasting nauwelijks kan ophouden en dat u moet rennen om op tijd bij het toilet te komen.

Misschien verliest u alleen als de ontlasting erg dun is, mogelijk verliest u ontlasting als die vormvast is. Ontlastingsverlies is sociaal vaak zeer beperkend. Er wordt niet vaak over gepraat of geschreven maar het komt wel veel voor, namelijk bij 5.000-20.000 mensen in Nederland.

Oorzaken

Bij ontlastingverlies is er vaak een combinatie van oorzaken. Een ervan is het onvermogen om de buitenste anale kringspier voldoende aan te spannen. De kringspier kan beschadigd zijn door een bevalling of na een operatie in het gebied van de anus. Bij het ouder worden kan er verslapping ontstaan. Er kan ook ontlastingverlies optreden door het niet goed ledigen van de endeldarm waardoor er nog iets achterblijft. Dit kan dan later ongemerkt vrijkomen.

De consistentie van de ontlasting kan ook een rol spelen. Er kan verlies ontstaan door het ophopen van ontlasting in de darmen (obstipatie). Boven de ophoping ontstaat dunne ontlasting. Deze ontlasting loopt langs de ophoping en is niet goed op te houden. We noemen dit overloopdiarree of paradoxale diarree.

Als de ontlasting te dun is, zoals bij diarree, wordt het moeilijk om het op te houden. Onze buitenste kringspier is niet geschikt om waterdunne ontlasting op te houden.

Behandeling

De behandeling bestaat uit bekkenfysiotherapie en voedingsadviezen met zonodig medicatie. Als dit onvoldoende succes heeft, volgt meestal een verwijzing naar de chirurg of maag-darm specialist. Sommige vrouwen komen in aanmerking voor sacrale neurostimulatie. Om te beoordelen of dit eventueel een geschikte behandeling voor u is, wordt eerst een tweetal onderzoeken van de kringspiers afgesproken. Het gaat dan om een rectale manometrie en een rectale endo echo. Voor meer informatie over deze onderzoeken verwijzen wij u naar desbetreffende folders.

Darmspoelen

Het kan zijn dat u vanwege uw obstipatie of ontledigingsklachten of vanwege incontinentie klachten moet leren darmspoelen.

Dit wordt u aangeleerd tijdens een aparte afspraak bij de verpleegkundig specialist urologie. U krijgt hierin uitgebreide begeleiding, zo nodig ook in de thuissituatie.