



TROMSØ INDREMEDISINSKE SPESIALISTSENTER as (TIS as)

Modifisert fra Norsk Elektronisk Legehåndbok 2009

Endetarmskløe

Hva er endetarmskløe?



Endetarmskløe er en svært vanlig plage. Hos ca 20% finner man ingen årsak. Tilstander som gir lokal fuktighet, f.eks. [hemoroider](#) eller gynekologiske lidelser er en hyppig forklaring. Hygieniske forhold er viktige. Dårlig hygiene kan være en årsak, men enda hyppigere skyldes tilstanden overdreven renslighet. For iherdig vasking vil fjerne fettstoffer i huden, noe som gjør deg mer sårbar for plager. Unntaksvis kan endetarmskløen skrive seg fra en annen sykdom som [diabetes](#), [Hodgkins sykdom](#), [Crohns sykdom](#), [nyresvikt](#), leversykdom.

Endetarmskløe vil ofte holdes vedlike av at man klør. Når man klør seg i baken, vil det svært ofte utløse ny kløe etter få sekunder. Man kommer inn i en ond sirkel.

Disponerende faktorer

Ved undersøkelsen vil legen lete etter lokale årsaker. Mange pasienter vil ha eksemforandringer rundt endetarmen. De kan også berette om at de reagerer på parfyme, såper, klær, ulike typer mat, rifter i huden. Hemoroider er også en vanlig årsak til fuktighet i baken og dermed utvikling av kløe og irritasjon. I noen tilfeller har hemoroideplagene ført til [fremfall av endetarmslimhinnen](#), noe som øker tendensen til fuktighet og kløe. Sprekkdannelse i huden, [analfissur](#), kan også gi kløe. Det samme gjelder [analfistel](#), dvs. det har dannet seg en kanal som går fra inne i endetarmen til huden utenfor endetarmsåpningen. Gjennom denne kanalen kan det tømme seg væske som skaper irritasjon og kløe.

I sjeldnere tilfeller kan det foreligge en generell hudsykdom, det kan være [småmark](#) (særlig hos små barn) og i noen tilfeller soppinfeksjon.

Behandling

Dersom det finnes en underliggende årsak, må denne behandles. Ellers er det mye du kan gjøre selv.

Egenbehandling

Det viktigste er at du har en fornuftig hygiene med regelmessig, men ikke for hyppig vask. Bruk mild såpe uten parfyme. Vask morgen og kveld, helst uten klut, bruk dusj, bidet. Ev. sittebad ca. 10 min. med lunkent vann og sur såpe som Lactacyd. Unngå gnikking og gnuing med tørt papir, anvend mykt toalett-papir. Om mulig bør du vaske deg etter hver avføring, og smøre deg inn med vannavstøtende salve.

Vurder tiltak som begrenser svettendelsen lokalt: Bruk bomullsundertøy, unngå stramtsittende klær, unngå aktiviteter som medfører svette. Ved menstruasjon bør tampong anvendes, ikke bind. Ikke sitt i ro for lenge, unngå plastseater.

Absorberende bomullskompresser som skiftes hyppig, kan benyttes i rumpesprekken for å redusere lokal fuktighet.

Unngå å klø. Unngå utløsende årsak.

Medikamentell behandling

Kortikosteroider påsmurt huden rundt endetarmsåpningen vil dempe plagene. Du bør imidlertid unngå langvarig sammenhengende behandling. Periodevis behandling med ulike preparater anbefales fordi vevets følsomhet reduseres ved kronisk behandling. Krem bør anvendes dersom huden i endetarmsområdet er fuktig og oppbløtt. Salve anvendes hvis huden er tørr og sprukken.

Forslag til behandlingsregime:

- Bruk om nødvendig en nøytral salve eller krem på dagtid, påsmøres f.eks. etter at du har vasket deg etter avføring
- Salven eller kremen vaskes av til kvelden med lunkent vann og medisinsk såpe, ev. med olje (f.eks. jordnøttolje)
- Om natten påsmøres kortikosteroidholdig krem eller salve

Hydrokortison, som er den svakeste kortisontypen, bør foretrekkes. I akutfasen kan sterkere steroidsalve brukes, men ikke lengre enn én uke. Unngå vedvarende bruk av steroider! Langvarig bruk av glukokortikoider kan lett gi hudatrofi og/eller mikrobiell affeksjon, især sopp.

Det kløestillende midlet Eurax kan forsøkes. Noen sjeneres av betydelig kløe om natta. Ja, enkelte klør mye om natta uten at de er klar over det. Et kløedempende middel som også virker søvndyssende, kan da forsøkes.

De senere årene er vi blitt oppmerksomme på at et [ekstrakt av chilipepper](#), kremen capsaicin (Capsina®), hjelper mot plagsom analkløe. Det kan svi litt ved påføring, men svien gir seg etter hvert hos de fleste. I starten kan det være aktuelt å påføre kremen 3-4 ganger daglig, men etter hvert holder det med én påsmøring daglig.

Langtidsutsikter

Fornuftig egenbehandling kan gi deg kontroll over tilstanden og du blir bra. Noen ganger blir imidlertid tilstanden kronisk eller stadig tilbakevendende.