

## Maag Darm Leverziekten (MDL)

# Divertikels

## Uitstulpingen van de darm

### Inleiding

U heeft last van divertikels die mogelijk ontstoken zijn geraakt. Uw behandelend arts heeft u al uitleg gegeven wat dit is en hoe dit behandeld kan worden. Hier kunt u alles nog eens rustig nalezen.

### Wat zijn divertikels?

Divertikels zijn uitstulpingen van de wand in het maagdarm-kanaal. Divertikels stulpen 'naar buiten uit', door de spierlaag heen en groeien dus in de buikholte. Divertikels zijn volkomen onschuldig en worden nooit kwaadaardig.

Ze komen meestal voor in de dikke darm. Soms ontstaan divertikels in de slokdarm. Dit is het zogenaamde Zenker divertikel. In de dunne darm wordt dit het Meckels divertikel genoemd. Divertikels komen meestal voor bij mensen ouder dan 50 jaar.

### Hoe ontstaan divertikels?

Divertikels ontstaan waarschijnlijk op zwakke plekken van de darm, die onder verhoogde druk gaan uitstulpen. Het is vergelijkbaar met de binnenband van een fiets die op een zwakke plek door de buitenband naar buiten drukt. Dan ontstaat een uitstulping. Mogelijk dat ook een gebrek aan voldoende vezels en vocht in de voeding een rol spelen. Hierdoor kan verstopping (obstipatie) ontstaan, waardoor een verhoogde druk optreedt in de darm.

### Diverticulitis

Diverticulitis betekent een ontsteking van een divertikel. Deze kan ontstaan doordat ontlasting in de divertikel blijft hangen. Diverticulitis kan gevaarlijk zijn als de divertikel door de ontsteking dreigt open te barsten. Dan ontstaat een darmperforatie. Daarom moet diverticulitis meestal behandeld worden.

### Hoe ontstaat diverticulitis?

Divertikels gaan ontsteken doordat ontlasting in de uitstulping achterblijft. Hierdoor kunnen bacteriën zich snel vermenigvuldigen, waardoor een ontsteking kan ontstaan. De kans is groter naarmate de ontlasting hard en droog is.

### Klachten bij divertikels en diverticulitis

Vaak geven divertikels geen klachten. Soms is sprake van vage buikpijn, krampen en soms verstopping. Soms geven divertikels wat bloed bij de ontlasting. Diverticulitis geeft dezelfde klachten alleen wat heftiger. Vaak gaan de klachten gepaard met koorts, een opgezette buik, een veranderd ontlastingspatroon en misselijkheid (soms met braken).

## **Darmperforatie**

Als de diverticulitis niet goed wordt behandeld kan een darmperforatie ontstaan. Dit kan ook bij zeer ernstige of regelmatig terugkerende ontstekingen. De kans is groter naarmate meer divertikels in de darm zitten. Een darmperforatie kan erg gevaarlijk zijn, omdat ontlasting in de buikholte terecht komt.

Hierdoor kan een buikvliesontsteking (peritonitis) ontstaan. U herkent deze aan acute, hevige pijnklachten, meestal in combinatie met hoge koorts. Neem bij deze klachten meteen contact op met uw (huis)arts.

## **Hoe wordt de diagnose gesteld?**

De diagnose diverticulitis kan gesteld worden door:

- **Coloscopie:** met een flexibele buis kijkt de arts in de darm om zo de diagnose te stellen.
- **Gastroscopie:** met een flexibele buis kijkt de arts in de darm om zo de diagnose te stellen.
- **Röntgenfoto:** door een contrastvloeistof toe te dienen kunnen divertikels zichtbaar gemaakt worden op een röntgenfoto.
- **CT-scan:** door middel van de CT-scan kunnen heel nauwkeurige afbeeldingen gemaakt worden van de darm.

## **Behandeling**

### **Behandeling van divertikels**

Behandeling van divertikels is meestal niet nodig. Wel is het belangrijk om ervoor te zorgen dat de ontlasting soepel blijft. Als uw ontlasting soepel is, is de kans kleiner dat ontlasting achterblijft in de uitstulpingen en daardoor een ontsteking ontstaat. Soms is het nodig medicijnen te gebruiken om de ontlasting soepel te houden. Uw (huis)arts kan deze voorschrijven.

### **Behandeling van diverticulitis**

Bij lichte ontstekingen is vaak geen behandeling nodig. Een beetje rustig aan doen en licht verteerbare voeding is vaak voldoende om de ontsteking te laten verdwijnen.

Bij hevige ontstekingen wordt meestal een antibioticum voorgeschreven, om de bacteriën die de ontsteking veroorzaken te doden. Bij zeer ernstige ontstekingen is vaak ziekenhuisopname nodig omdat dan antibiotica en vocht via een infuus toegediend kunnen worden.

Bij een dreigende perforatie moet operatief ingegrepen worden. Het ontstoken gedeelte van de darm wordt dan verwijderd.

Ook als u regelmatig last heeft van ontstekingen zal de arts met u bespreken of het verstandiger is uit voorzorg dat gedeelte van de darm te verwijderen.

### **Tips en adviezen bij divertikels (geen ontstekingen)**

- Gebruik een vezelrijke voeding: vezels zorgen voor een soepele ontlasting, doordat veel vezels vocht opnemen. Tevens stimuleren de vezels de darmbeweging. Vezels zitten in volkorenproducten, groenten en fruit.
- Drink minimaal 1½ - 2 liter vocht per dag. Vocht is ook belangrijk voor een goede werking van de vezels.
- Beweeg regelmatig: door regelmatig te bewegen wordt de darmbeweging gestimuleerd en kunt u verstopping voorkomen.
- Stop, indien van toepassing, met roken. Roken heeft een schadelijke werking op het maag-darmkanaal.

### **Tips en adviezen bij diverticulitis**

Als u ontstoken divertikels heeft, kunt u in principe normaal blijven eten. Bij ernstig ontstoken divertikels adviseert de arts soms een vloeibaar dieet. Hierdoor kan de darm tot rust komen en kunnen de ontstekingen beter genezen. Meestal kunt u na enkele dagen overstappen naar een licht verteerbare voeding.

Raadpleeg uw arts of diëtist als u vragen heeft over voeding of voor een persoonlijk voedingsadvies.

### **Antibiotica**

Een behandeling met antibiotica kan problemen geven in de vorm van diarree of andere darmklachten. Soms kan het gebruik van probiotica, producten waaraan nuttige bacteriën zijn toegevoegd, deze klachten verminderen. Overleg dit altijd eerst met uw arts.

## Meer informatie?

Voor uitgebreide informatie over divertikels en diverticulitis kunt u terecht bij de Maag Lever Darm Stichting. [www.mlds.nl/](http://www.mlds.nl/)

☎ (033) 752 3500 (ma t/m vr 9.00-17.00)

✉ [info@mls.nl](mailto:info@mls.nl)

Meer informatie over voeding kunt u vinden op deze websites:

- **Nederlandse Vereniging van Diëtisten**  
[www.nvdietist.nl/](http://www.nvdietist.nl/)
- **Voedingscentrum**  
[www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl)

## Vragen

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan kunt u ze stellen tijdens het eerstvolgende bezoek of contact opnemen met:

<b>Polikliniek Maag Darm Leverziekten</b>		
<b>Locatie Venlo</b>	routenummer 43	☎ (077) 320 53 53

## VieCuri Medisch Centrum

### Locatie Venlo

Tegelseweg 210  
5912 BL Venlo  
☎ (077) 320 55 55

### Locatie Venray

Merseloseweg 130  
5801 CE Venray  
☎ (0478) 52 22 22

Meer informatie [www.viecuri.nl](http://www.viecuri.nl)

Bekijk uw medische gegevens op [www.mijnviecuri.nl](http://www.mijnviecuri.nl)