

# Divertikels & Diverticulitis tijdens opname in het ziekenhuis

We hebben u verteld dat u een diverticulitis hebt. In deze informatiefolder vertellen we u een aantal zaken over de oorzaken van een diverticulitis, de behandeling en geven we u adviezen voor als u weer thuis bent.

## Wat zijn divertikels?

Divertikels zijn volkomen onschuldige uitstulpingen van de darmwand. Divertikels geven meestal geen klachten en worden vaak per toeval ontdekt. Bijvoorbeeld tijdens een colonoscopie of op een CT-scan.

## Verschil tussen divertikel en poliep

Divertikels moet u niet verwarren met darmpoliepen. Het verschil tussen divertikels en poliepen is dat poliepen vanuit het slijmvlies naar binnen groeien en darmkanker kunnen veroorzaken.

Divertikels groeien door de darmwand heen de buikholte in en worden nooit kwaadaardig.

## Oorzaken

Divertikels ontstaan op zwakke plekken in de darmwand die onder verhoogde druk uitstulpen. Mogelijk speelt verstopping (obstipatie) hierbij een rol. Harde ontlasting blijft langer in de darm en zorgt voor een hogere druk in de darm. Meestal ontstaan divertikels in het laatste bochtige deel van de dikke darm, omdat daar vaak de meeste druk op de darm staat.

Andere factoren die een verhoogd risico geven op het ontstaan van divertikels zijn:

- Leeftijd boven de 40 jaar
- Vezelarm voedingspatroon
- Obesitas
- Weinig lichaamsbeweging
- Roken

## Wat is een diverticulitis?

Diverticulitis is een ontsteking van één of meer divertikels in de darmwand. Als er ontlasting in een divertikel achterblijft kunnen bacteriën zich snel vermenigvuldigen waardoor er een ontsteking kan ontstaan.

## Diagnose

Op basis van uw klachten en een lichamelijk onderzoek, komen wij op de gedachte dat u diverticulitis zou kunnen hebben. Om te bevestigen dat u een diverticulitis heeft, doen wij bij u bloedonderzoek en een echo of CT-scan.

## Waar heb je last van bij een diverticulitis?

Divertikels geven meestal geen klachten. Klachten die wel kunnen optreden zijn vage buikpijn, buikkrampen, obstipatie en/of diarree. De klachten ontstaan vaak pas wanneer de divertikels gaan ontsteken. De klachten van een diverticulitis zijn:

- Buikpijn en buikkrampen
- Koorts
- Opgezette buik
- Misselijkheid, met soms braken
- Veranderd onlastingspatroon: hevige diarree of ernstige obstipatie
- Soms bloed- en slijmverlies uit de anus

## Hoe behandelen we een diverticulitis?

De behandeling bestaat in de basis uit het toedienen van vocht en antibiotica via een infuus. Daarnaast krijgt u een medicijn voorgeschreven om de ontlasting zacht te maken en daarnaast pijnstillers om buikpijn en krampen te verminderen.

Het is belangrijk dat u ook tijdens de ziekenhuisopname blijft bewegen wanneer dit mogelijk is.

## Operatie

In sommige gevallen is een operatie noodzakelijk of wordt deze geadviseerd. Een operatie kan noodzakelijk zijn wanneer er door de ontsteking een gaatje in de darmwand is ontstaan (perforatie) of wanneer er door de ontsteking een kanaaltje (fistel) is ontstaan tussen de darm en bijvoorbeeld de blaas. Een andere reden om een operatie te overwegen kan zijn wanneer u binnen één jaar meerdere malen opgenomen bent geweest met een diverticulitis.

## Contact

Als u na het lezen van dit informatieblad nog vragen heeft, neem dan contact op met de Polikliniek Interne Geneeskunde van het Maastricht UMC+ via tel. 043-387 51 00 (tijdens kantooruren).

## Voeding

Als u een diverticulitis hebt, kunt u in principe normaal blijven eten. Bij een ernstige diverticulitis kan het zijn dat u tijdelijk een vezelarm en vloeibaar dieet voorgeschreven krijgt. Dit noemen we een residu-arm dieet. Een residu-arm dieet is een onvolwaardig dieet. Om die reden krijgt u dan aanvullende drinkvoeding voorgeschreven om te voorkomen dat u onnodig verzwakt. Hierbij krijgt u begeleiding en advies van een diëtiste.

## Preventie: adviezen voor thuis

- Gebruik voldoende voedingsvezels: 30-40 gram per dag
- Gebruik een vezelrijk ontbijt
- Drink voldoende: minimaal 1,5 tot 2 liter vocht per dag
- Beweeg voldoende: minimaal een half uur per dag
- Ga bij aandrang direct naar het toilet, stel de gang naar het toilet niet onnodig uit
- Kauw goed
- Zorg voor een gezond gewicht. Voorkom overgewicht en/of probeer af te vallen
- Stop met roken, als u dit doet

## Websites

- [www.mdl.mumc.nl](http://www.mdl.mumc.nl)
- [www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)
- [www.gezondidee.mumc.nl](http://www.gezondidee.mumc.nl)