



Proktologische Praxis Kiel
Beselerallee 67 | 24105 Kiel

Dr. med. Hans-Günter Peleikis
Koloproktologe (EBSQ, BCD, DGK) | Viszeralchirurg

Prof. Dr. med. Volker Kahlke
Koloproktologe (BCD, DGK) | Viszeralchirurg

Prof. Dr. med. Tilman Laubert
Koloproktologe (EBSQ, BCD, DGK) | Viszeralchirurg

Dr. med. Jessica Schneider
Koloproktologin (BCD, DGK) | Viszeralchirurgin

KOLOPROKTOLOGIE | CHIRURGIE | VISZERALCHIRURGIE

**Kompetenzzentrum für
Koloproktologie (BCD)**

Informationen für die Anwendung eines Analdehners

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen besteht die Indikation zur Anwendung eines Analdehners. Damit erfolgt eine vorsichtige Erweiterung des Afterkanals, ein schädlich erhöhter Druck des Schließmuskels wird abgemildert und der Afterkanal insgesamt elastischer. Durch die Anwendung heilen Wunden im Afterkanal besser ab. Schäden an Ihrem Schließmuskel können Sie mit dem Dehner nicht verursachen. Der Dehner wird zusammen mit einer Salbe angewandt, die ebenfalls die Abheilung von Wunden und Rissen im Analkanal begünstigt. Für die korrekte und effektive Anwendung des Analdehners beachten Sie bitte Folgendes:

- Eventuell kann ein 5- bis 10-minütiges Sitzbad in lauwarmem Wasser den Beckenboden und den Schließmuskel vor der Anwendung des Dehnens entspannen.
- Bringen Sie 0,5cm Salbe auf den Finger auf und massieren diese unmittelbar um den After herum und ca. 2-3cm in den After hinein ein. Sparen Sie dabei die Wunde explizit nicht aus.
- Tragen Sie anschließend 0,5-1cm Salbe auf die Spitze des Analdehners auf und verteilen sie die Salbe auf dem oberen Teil des Dehners.
- Voraussetzung für die Anwendung ist eine entspannte Position. Legen Sie sich auf die linke Seite und ziehen Sie beide Knie in Richtung Brust. Probieren Sie bewusst den Schließmuskel und die Beckenbodenmuskulatur zu entspannen. Die Vorstellung, das Becken komplett auf die Unterlage fallen zu lassen, kann dabei helfen.
- Führen Sie nun den Analdehner mit der rechten Hand langsam in den Afterkanal ein. Dabei sollten Sie den Dehner vorsichtig drehen, wodurch die Salbe auf dem Dehner nochmals verteilt wird.
- Die Behandlung kann zu Beginn leicht schmerzhaft sein. Führen Sie den Dehner deshalb zunächst nur wenig ein, ebensoweit, wie Sie es tolerieren. Mit zunehmender Dauer der Behandlung können Sie den Dehner immer weiter einführen.
- Führen Sie den Dehner zunächst 5-10mal langsam ein. Im weiteren sollte er 3-4min im Afterkanal gehalten werden. Sie müssen dabei einen leichten Gegendruck von außen aufbringen, da der Dehner sonst heraus gedrückt wird. Wiederholen Sie das Vorgehen.
- Als weiterer Schritt empfiehlt es sich, nach dem Einführen des Dehners den Schließmuskel einige Male auf dem Dehner zusammenzuziehen und anschließend wieder zu entspannen. Auch dabei müssen Sie einen entsprechenden Gegendruck mit der Hand aufwenden.
- Eine Anwendung sollte insgesamt im Minimum 5min, eher 10min andauern.
- Es ist durchaus möglich und kein Grund zur Beunruhigung, wenn bei der Anwendung leichte Blutungen auftreten. Bei sachgerechter Anwendung sind Komplikationen nicht zu erwarten.
- Der Erfolg der Behandlung hängt wesentlich davon ab, wie regelmäßig und konsequent der Dehner verwandt wird. Sie sollten den Dehner zweimal besser sogar dreimal am Tag anwenden.
- Die Reinigung des Analdehners erfolgt durch gründliches Abwaschen mit Wasser und Seife.

© Proktologische Praxis Kiel 2020