



# Divertikler

Udposninger på tyktarm

**Udposninger på tyktarmen er en hyppig tilstand. Hyppigheden stiger med alderen, og halvdelen af alle 70-årige har således udposninger på tyktarmen.**

## Årsager til divertikler

Årsagen til udvikling af tyktarmsudposninger er ukendt, men formodes at hænge sammen med at der med alderen ses en øget tendens til forstoppelse, måske pga. nedsat fiberindhold i kosten, mindsket væskeindtagelse og nedsat fysisk aktivitet. Det antages, men er ikke bevist, at forstoppelse giver anledning til forhøjet tryk i tyktarmen og dermed udposninger.

## Symptomer

Mange har tendens til forstoppelse, evt. vekslende afføring skiftende mellem løs og hård afføring.

## Undersøgelser

Udposningerne påvises almindeligvis ved en kikkert undersøgelse af hele tyktarmen (koloskopi) eller nederste del af tyktarmen. I enkelte tilfælde, hvor undersøgelsen ikke kan gennemføres, foretages en CT-scanning af tyktarmen.

Formålet med disse undersøgelser er primært at udelukke andre lidelser.

## Medicinsk behandling

Såfremt udposningerne er påvist, uden der er generende tarmsymptomer, kræver det ingen behandling. Såfremt der er forstoppelse eller vekslende afføring, anbefaler vi rigelig væske, daglig motion og ved behov 1-2g Magnesia eller HUSK- Visiblin. Dette kan formentlig mindske risikoen for senere komplikationer. Vi anbefaler at du spiser en fiberrig kost.

## Komplikationer til udposninger på tyktarmen

### Blødning

Tyktarmsudposninger giver undertiden anledning til pludselig frisk blødning fra endetarmen. Blødningen går oftest i ro og er ikke livsfarlig. I sjældne tilfælde (mindre end 5%) forekommer der gentagne blødninger, der kræver blodtransfusion, og det kan være nødvendigt med operation.

### Betændelse

Udposninger på tyktarmen kan undertiden give anledning til en betændelsesreaktion, muligvis fordi afføring sætter sig fast i udposningen. Symptomerne på betændelse er smerter

udviklet over timer til få dage, ofte nedadtil i venstre side af maven, idet udposningerne hyppigst ses i den venstre del af tyktarmen. Du kan få feber, kvalme, opkastning, forstoppelse og diarre.

Ved betændelse i udposningerne bør du blive vurderet af en læge, idet en forværring af tilstanden kan kræve operation.

De fleste tilfælde går i ro af sig selv, evt suppleret med antibiotikabehandling, hvis temperaturen er høj. Ofte laves der en CT-scanning af maven. Hvis undersøgelserne ikke viser tegn på yderligere komplikationer, bør du tage antibiotika kuren fuldt ud.

## Hvad kan du selv gøre?

Hvis du har tendens til forstoppelse eller vekslende afføring, anbefaler vi følgende:

- Drik 1 ½ - 2L væske dagligt
- Tag evt. 1-2g Magnesia dagligt eller ved behov
- Spis fiberrig kost
- Dyrk regelmæssig motion

Dette vil kunne mindske senere komplikationer til udposningerne på tyktarmen

## Aleris Hospitaler - Vest

---

### Aalborg

Sofiendalsvej 97  
DK - 9200 Aalborg SV  
Tlf. +45 3637 2750  
aalborg@aleris.dk

### Aarhus

Brendstrupgårdsvej 21 A, 1. sal  
DK - 8200 Aarhus N  
Tlf. +45 3637 2500  
aarhus@aleris.dk

### Odense

J. B. Winsløws Vej 17B  
DK - 5000 Odense  
Tlf. +45 3637 2880  
odense@aleris.dk

### Esbjerg

Bavnehøjvej 2  
DK - 6700 Esbjerg  
Tlf. +45 3637 2700  
esbjerg@aleris.dk

### Herning

Poulsgade 8, 2. sal  
DK - 7400 Herning  
Tlf. +45 3637 2600  
herning@aleris.dk

## Aleris Hospitaler - Øst

---

### København

Gyngemose Parkvej 66  
DK - 2860 Søborg  
Tlf. +45 3817 0700  
kobenhavn@aleris.dk

### Ringsted

Haslevvej 13  
DK - 4100 Ringsted  
Tlf. +45 5761 0914  
ringsted@aleris.dk

[www.aleris.dk](http://www.aleris.dk)