

Chirurgie
040 286 4872

Heb je pijn in de bovenbuik, rechts onder de ribben? Daar liggen je lever en galblaas. In de galblaas kunnen galstenen ontstaan. Veel mensen hebben deze zonder dat ze er last van hebben. Maar als een galsteen klem komt te zitten, kun je hier stekende, krampachtige pijn voelen. Soms kort, soms urenlang. De pijn komt en gaat, en je wordt er misschien zelfs misselijk van. Stilzitten gaat bijna niet. De pijn van zo'n galaanval noemen we koliekpijn, omdat de pijn in aanvallen komt. Dit kan 1 keer gebeuren, maar kan ook vaker terugkomen. Andere symptomen van galstenen kunnen een donkere urine, of juist lichte ontlasting zijn. Dat komt doordat de gal niet langs de galsteen kan. Ook geelzucht (een gele verkleuring van je huid) kan voorkomen. Als de steen zo vast zit dat de galblaas ontstoken raakt, kun je hoge koorts krijgen.

Hoe ontstaan galstenen?

De galblaas is een klein zakje. Hier verzamelt zich de galvloeistof die de lever maakt. Gal is nodig voor het verteren van vet in je eten. Bij het eten knijpt de galblaas samen. Via de galwegen komt er dan gal in je darmen.

Soms blijft er wat gal in de galblaas achter. Als dat langere tijd blijft zitten, kan de vloeistof dikker en harder worden. Er ontstaan galstenen. Galstenen kunnen heel klein zijn, zoals een speldenknopje. Maar ook zo groot als een knikker. Als de galsteen klem komt te zitten in de galweg, geeft dit flinke pijn: een acute galsteenaanval.

Galstenen bestaan meestal uit gal, maar kunnen ook uit cholesterol bestaan. Dat noemen we dan cholesterolstenen.

Galblaasontsteking en andere galblaasklachten

Je galblaas en galweg proberen de galsteen verder te duwen door heel sterk samen te knijpen. Dat zorgt voor de heftige krampen in je bovenbuik (galkoliek). Soms word je zelfs misselijk door de pijn en moet je overgeven. Zodra de galsteen doorschiet, is de pijn weg.

Galstenen kunnen ook zorgen voor een galblaasontsteking of ontsteking van de galwegen. Je krijgt dan koorts en voelt zich rillerig en ziek. In erge gevallen kan ook je alvleesklier gaan ontsteken. Je hebt dan voortdurend pijn, koorts en bent erg ziek. Je hebt dan snel zorg nodig.

Gele ontlasting

Gal geeft je ontlasting (poep) kleur. De klemzittende galsteen houdt de gal tegen die naar de maag en darm moet. Je krijgt hierdoor gele ontlasting en juist donkere urine. Doordat er te veel gal in de lever blijft, kunnen je huid en oogwit wat geel worden (geelzucht).

Oorzaken van galstenen

We weten niet precies wat de oorzaak van galstenen is. Wel weten we dat vrouwen vaker galstenen hebben dan mannen. Ook is de kans op een galsteen groter tijdens een zwangerschap.

De kans op galstenen wordt ook groter als je:

- overgewicht hebt;
- streng aan het lijnen bent;
- meer gevallen van galsteen in de familie hebt.

Galstenen voorkomen

Helaas is er geen dieet waarmee je galstenen kunt voorkomen. Maar gezond eten helpt wel. Heb je overgewicht? Dan is het goed voor je om af te vallen. Maar doe dat niet te snel. Als je te streng lijnt,

krijg je een grotere kans op galstenen. Een diëtist kan je goed helpen op een gezonde manier gewicht te verliezen.

Je kunt zelf zonder verwijzing een diëtist in jouw omgeving zoeken. Als je al onder behandeling bent in het Anna Ziekenhuis, kan je arts je ook verwijzen naar het specialisme diëtetiek in ons ziekenhuis.

Wanneer moet ik naar de dokter met galstenen?

Soms heb je maar één keer een galaanval (koliek), waarna je er nooit meer last van hebt. Pijnstillers kunnen helpen tegen de pijn. Om te weten of de pijnaanval door een galsteen komt, kun je een afspraak maken bij je huisarts. Maar je kunt ook eerst even afwachten of de pijn wegblijft of toch weer terugkomt.

Het is belangrijk dat je zeker een afspraak maakt met je huisarts als je:

- heftige pijnaanvallen in je bovenbuik heeft;
- niet stil kunt zitten door de pijn;
- pijn blijft houden;
- ook misselijk bent of moet overgeven;
- naast de pijn ook koorts krijgt.

Je huisarts verwijst je dan meestal naar het ziekenhuis voor verder onderzoek.

Van je galstenen af in het Anna Ziekenhuis

Na verwijzing door je huisarts kun je vaak snel bij ons terecht voor onderzoek en behandeling van je galstenen.

Onderzoeken en behandeling bij galstenen

Vaak krijg je eerst een echo van de bovenbuik. Soms is nog een MRI-scan nodig, om ook de kleinste galstenen goed te kunnen zien. We willen eerst precies weten waar de galsteen of galstenen klem zitten. Daarna bespreken we met jou welke behandeling het beste is. Als de galsteen vastzit tussen de lever en de darm (galweg) dient deze steen eerst te worden verwijderd via een [ERCP](#). Dat is een kijkonderzoek en vindt plaats in dagbehandeling of tijdens ziekenhuisopname op de verpleegafdeling maag-darm-leverziekten (MDL).

Vaak is een verwijdering van de volledige galblaas (cholecystectomie) nodig. Meestal gaat dit via een kijkoperatie (kleine sneetje). Soms is een volledige operatie nodig. Lees meer over de [galblaasoperatie](#).

Veelgestelde vragen

Wat kan ik doen bij een acute galsteenaanval?

Bij een galsteenaanval kun je met je huisarts of specialist in het Anna Ziekenhuis overleggen of je pijnstillers kunt slikken. Heb je koorts, ben je misselijk of is de pijn zo ernstig dat je niet kunt stilzitten, maak dan zeker een afspraak bij de huisarts.

Zijn galstenen gevaarlijk?

Als je geen last hebt van de galstenen, hoeft je je geen zorgen te maken. Pas bij klachten als hevige pijn, koorts en misselijkheid kan dit een teken zijn dat een galsteen de galweg blokkeert. Dit kan wel een ontsteking veroorzaken. Dan is het verstandig de huisarts te bellen.

Mag ik alles blijven eten bij galstenen?

Er is geen speciaal galstenendieet. Bij galstenen mag je alles blijven eten wat je normaal ook eet. Maar bij vet eten zul je vaak meer last krijgen. Het advies is om zo gezond en gevarieerd mogelijk te blijven eten en goed te luisteren naar je lichaam. Een diëtist kan je helpen bij het samenstellen van een gezond eetpatroon. Als je snel veel wilt afvallen, kan dat juist galstenen veroorzaken. Doe dit ook in overleg met een diëtist.

Wanneer is een galblaas verwijderen nodig?

Bij galstenen die klachten geven, is vaak een galblaasoperatie nodig om van je klachten af te komen. Dit gebeurt op de afdeling Chirurgie. Dan wordt je galblaas verwijderd. Je bent dan van de pijnklachten door galsteenaanvallen af.

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/chi900-galstenen/

Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



CHI900
27-03-2024