

Galstenen

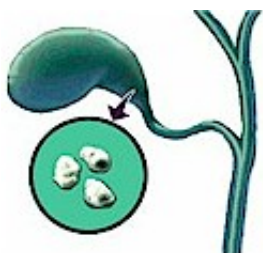
Inleiding



Hallo allemaal ik doe mijn spreekbeurt over galstenen. Ik heb het gekozen omdat ons mam galstenen heeft gehad. 1 op de 10 mensen hebben galstenen, dat zijn 1,6 miljoen mensen. De meeste daarvan zijn zwaarlijvig en eten vaak te veel vet. De meeste hebben er vaak geen last van.

Wat zijn galstenen?

Galstenen zijn een soort harde stenen in je lichaam. Ze komen voor in je galblaas of in je galkanaal. Ze kunnen een paar millimeter tot een paar centimeter groot zijn.



Ook kun je er 10 tegelijk in je galblaas hebben. Vaak is galstenen erfelijk maar het kan ook komen door je manier van eten. Mensen die veel vetten dingen eten kunnen sneller en vaker galstenen hebben als mensen die gezond eten. Dat komt doordat je gal, een groene sap van je lever, je helpt bij het afbreken van vette deeltjes. Als je te veel vet eet krijg je ook meer vette deeltjes. Al die vette deeltjes kan de gal niet meer aan. De gal maakt dan een rare samenstelling. Dat worden galstenen.

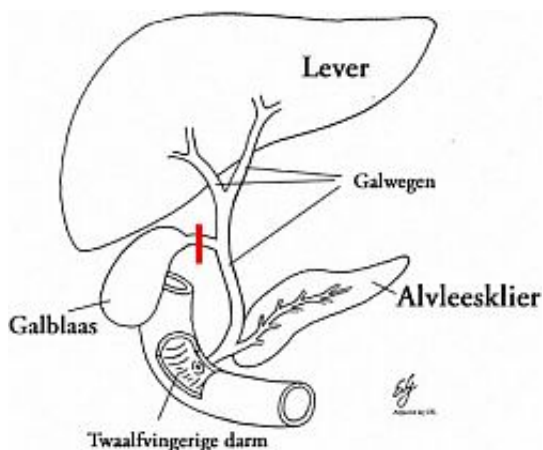
Last van galstenen

Als je last van galstenen hebt kun je dat galsteenziekte. De pijn komt vaak na een frietje of iets anders vets of bepaalde groenten, zoals koolsoorten. (bloemkool kool) Soms is de pijn scherp en heftig. Deze scherpe pijn boven in de buik ontstaat doordat er een steen komt vast te zitten in een van de galgangen of in de galbuis. De galgang trekt samen wat voor heftige pijnaanvallen zorgt. Dit wordt ook wel koliekpijn genoemd. Door te bewegen verlicht je de pijn. De aanvallen houden op wanneer het steentje doorschiet naar de galbuis of de darm, of wanneer de galblaas te uitgeput is om het steentje uit de galgang verder te persen.

Behandeling

Galstenen worden altijd weggehaald als ze klachten geven. Ook als ze toevallig worden ontdekt en dus geen klachten opleveren, worden ze meestal weggehaald om problemen te voorkomen.

Operatie



De chirurg maakt drie tot vier kleine sneetjes. In het ene sneetje gaat een draadje met een cameraatje. In het andere sneetje gaat een slangetje die een stof in je buikholte spuit (alle organen in je buik liggen in je buikholte) zodat je een opgeblazen buik krijgt. De chirurg kan dan beter bij de galblaas. In het derde sneetje gaat een draadje met een grijpertje die de galblaas kan pakken. Via de navel wordt de galblaas met de stenen eruit gehaald. Als je weer wakker wordt van de operatie staat er naast je bed een potje met de stenen. Alleen de galstenen eruit halen heeft geen zin. De hele galblaas wordt eruit gehaald. Want als je eenmaal galsteen aanmaakt komen er toch weer nieuwe.

Vergruizing

Vergruizen kan via een apparaatje dat de galstenen heel klein maak. Zodat de galstenen het lichaam via de darm kunnen verlaten.

Medicijnen

Er zijn medicijnen die eventuele stenen tegen kunnen gaan. Deze behandeling duurt minimaal 2 jaar en de kans dat ze terug komen is groot.

Kun je leven zonder galblaas?

Alles wat de galblaas deed neemt de lever over. Dit gaat niet meteen maar wel na een aantal maanden. Ondertussen moet je voorzichtig zijn met vet eten.

Wat je zelf kunt doen tegen galstenen

- Door gezond te eten, kun je de kans op een aanval verminderen.
- Door minder vet te eten.
- Drink voldoende, dat wil zeggen meer dan 2 liter per dag.
- Drink niet te veel alcohol.

Wie heeft last van galstenen?

- kinderen hebben minder last van galstenen .
- als je ouder wordt heb je meer kans om galstenen te krijgen.
- mensen die een voedselallergie hebben lopen meer risico.
- mensen die te veel vet eten.
- mensen die te dik zijn of overgewicht hebben.
- vrouwen hebben veel meer kans dan mannen vooral vrouwen tussen de 30 en 55 jaar.

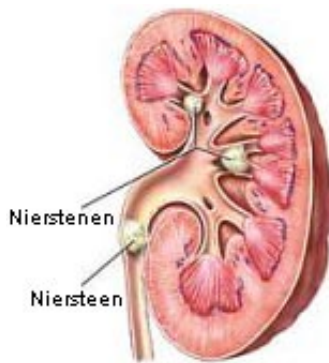
Andere soorten stenen in je lichaam

- 1. nierstenen
- 2. speekselstenen

Speekselstenen

Speekselstenen komen weinig voor. Ze komen vooral voor bij mensen van middelbare leeftijd. Bij kinderen jonger dan 15 jaar komen ze bijna niet voor. Mannen hebben 2 x zoveel last van speekselstenen dan vrouwen. Speekselstenen komen voor in je speekselklieren onder je kaak. Deze steentjes kunnen door massage of door een operatie worden verwijderd.

Nierstenen



Wie kan het krijgen?

- Mannen hebben 2 tot 3 keer meer kans dan vrouwen op nierstenen.
- Ze zijn niet echt aan een bepaalde leeftijd gebonden.

Hoe ontstaan ze?

- Als je te weinig drinkt. Hoe minder je drinkt, hoe makkelijker zich nierstenen kunnen vormen.
- Nierstenen zijn erg erfelijk, als vader nierstenen heeft heeft de zoon er veel kans op

Hoe kom je er vanaf?

Door medicijnen: als het steentje klein genoeg is (niet groter dan een zandkorrel) kan het steentje worden uitgeplast. Door een operatie: Als het steentje groter is een zandkorrel wordt het door middel van een kijkoperatie weggehaald. Door vergruizing: Het steentje wordt heel klein gemaakt, je kunt hem uitplassen.

De galblaas is een klein peervormig orgaan dat aan de onderkant van de lever ligt, rechtsboven in de buik. Door dunne kanaaltjes is de galblaas met de lever verbonden, en aan het bovenste gedeelte van de dunne darm. De lever produceert gal, een vloeistof die belangrijk is voor vertering van vetten. De gal wordt afgevoerd naar de galblaas waar het ingedikt en opgeslagen wordt. Zodra er voedsel in de darm komt, perst de galblaas de gal via de afvoerbuis naar de dunne darm. Een galsteen is een steenachtig in de galblaas of in de galgang. Duidelijke oorzaken van galstenen zijn niet bekend. Factoren die mogelijk een rol spelen bij het ontstaan van galstenen zijn abnormale samenstellingen van de gal. Door ongezond eten of overgewicht, of je erft het. Hoe ouder de leeftijd hoe sneller je galstenen kan krijgen. Galstenen worden meestal door de galblaas gevormd. De meeste mensen merken niets van de galstenen, totdat de galsteen vast komt te zitten in de galgang of galblaasuitgang. Dat is de verbinding tussen de galblaas en de darm. Als een van de galstenen klem komt te zitten, krijg je buikpijn en moet je veel overgeven. Vooral na het eten van vet of bepaalde groenten, zoals bloemkool en sla (koolsoorten). Ook kun je last krijgen van opboeren of van pijn in de maagstreek en achter het

borstbeen. (bij je ribben) Laten zien. Galsteenkoliëk is een pijn in de bovenbuik die met aanvallen optreedt. Deze pijn ontstaat als een van de stenen vast komt te zitten in een van de galgangen. De heftige pijnaanvallen kunnen naar de rug of rechter schouder. Je kunt niet liggen of staan, en je hebt het gevoel om steeds te bewegen. De aanvallen houden op wanneer het steentje doorschiet naar de grote galbuis of de darm, of wanneer de galblaas te uitgeput is om te persen. Als een steen vastgeraakt is een galblaasuitgang kan er geen gal meer uit of in de galblaas. De galblaas kan dan niet meer werken en raakt ontstoken. Kenmerkend voor een acute galblaasontsteking is vrijwel een constante pijn in de rechterbovenbuik, met soms koorts. Dit kan vooraf zijn gegaan door galsteenkoliëken. Een galblaasontsteking kan ook het eerste kenmerk zijn dat je galstenen hebt. Ook kan een galblaasontsteking ook optreden zonder daar je galstenen of een aansluitende steen hebt. Als er een gedeeltelijke of totale afsluiting van een grote galgang ontstaan dan kan er een galgangontsteking ontstaan. Dit wordt gekenmerkt door buikpijn hoge koorts koude rillingen en geelzucht (je krijgt een gele huid) . Bij een galgangontsteking is onmiddellijk ziekenhuisopname nodig. De gal kan niet meer in de darm lopen, waardoor uiteindelijk de galkleurstoffen uit de gal via de lever het bloed instroomt. Het gevolg hiervan krijgt de huid een gele huid – ook wel geelzucht genoemd en je plas wordt donkerkleurig. Omdat geen gal meer in de darm komt wordt je ontlasting vaak licht van kleur.

Vragen

1 Wie hebben het meeste kans op galstenen?

- 1 als je ouder wordt heb je meer kans
- 2 mensen die voedselallergie hebben
- 3 mensen die te dik zijn of overgewicht hebben
- 4 mensen die te veel vet eten.
- 5 vrouwen hebben meer kans dan mannen

2 Noem 2 andere soorten stenen in je lichaam?

- Nierstenen
- speekselstenen

3 Wat kun je zelf doen tegen galstenen?

- 1 Door gezond te eten
- 2 Door minder vet te eten
- 3 Door voldoende te drinken
- 4 Niet te veel alcohol te drinken

4 Hoeveel mensen in Nederland hebben ongeveer galstenen?

- 1,6 miljoen