Behandeling

Diverticulitis: leefstijladviezen en behandeling

Het is niet nodig divertikels in de darm te behandelen. Klachten die eventueel ontstaan, gaan in de meeste gevallen vanzelf over.

Het is wel belangrijk dat u uw ontlasting soepel houdt om de kans op een ontsteking te verkleinen. Een ontsteking van één of meer divertikels in de darmwand noemen we diverticulitis. U leest hier meer over de behandeling van diverticulitis en we geven u leefstijladviezen om ontstekingen te voorkomen.

Bij diverticulitis geeft de specialist u meestal het advies om de darm rust te geven. Een acute en ongecompliceerde ontsteking kan overgaan door een licht verteerbaar dieet te volgen en en voldoende te rusten. Een ziekenhuisopname is dan vaak niet nodig of alleen kortdurend. Een operatie is alleen nodig in bepaalde situaties. Deze bespreken we verderop, bij 'Operatie'.

(073) 553 60 05
Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Informatie over de behandeling

Leefstijladviezen

Een nieuwe ontsteking voorkomen

Als de ontsteking afneemt, is het belangrijk dat u onderstaande leefstijladviezen opvolgt om de kans op herhaling te verkleinen. De kans op het opnieuw ontstaan van een diverticulitis is ongeveer 25%.

Voeding
Als behandeling van diverticulitis kan de arts u een residu-arm dieet voorgeschreven hebben. Lees hierover de folder: Diverticulitis: voedingsadviezen (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/diverticulose-en-diverticulitis-voedingsadviezen). Als de ontsteking afneemt, bespreekt de arts hoe u het dieet weer kunt uitbreiden. In de meeste gevallen is de volgende stap een vezelrijk dieet. Dit hangt helemaal af van hoe u zich voelt en wat u aan voeding kunt verdragen. Het is van belang om de adviezen van de arts op te volgen. Als dat nodig is kan de arts u verwijzen naar een diëtist. De diëtist kan u een advies op maat geven.

Een vezelrijk dieet zorgt voor een soepele ontlasting en voor een goede darmbeweging. Vezels zitten voornamelijk in volkorenproducten, groenten en fruit. Het belangrijk om hierbij dagelijks tenminste 2 tot 2,5 liter vocht te drinken. Vezels hebben namelijk vocht nodig voor een goede darmfunctie.

Roken

Het advies is om te stoppen met roken. Uw arts kan u verwijzen naar SinaFuma. Deze organisatie helpt mensen te stoppen met roken. Soms kan u ook naar uw huisarts verwezen worden.

Lichaamsbeweging
Lichaamsbeweging zorgt er voor dat voedsel beter door de darmen beweegt. Het risico op verstopping (obstipatie) wordt door lichaamsbeweging kleiner. Obstipatie kan leiden tot een verhoogde druk in de darm, wat divertikels kan veroorzaken, die op hun beurt kunnen ontsteken. Voldoende lichaamsbeweging is dus belangrijk.

Voorkom overgewicht
Overgewicht lijkt een verhoogd risico te geven op het ontstaan van acute diverticulitis en is daarom een aandachtspunt. Extra risicofactoren bij overgewicht zijn een inactieve levensstijl in combinatie met een ongezond eetpatroon.

Ontspanning
Zorg voor voldoende ontspanning; stress en angst kunnen darmklachten verergeren.

Toiletbezoek
Voelt u aandrang tot ontlasting, ga dan meteen naar het toilet. Probeer ontlasting niet onnodig op te houden. Het ophouden van uw ontlasting kan zorgen voor verstopping en verergering van de klachten.

Behandeling bij diverticulitis

Antibiotica

Het geven van antibiotica bij diverticulitis is meestal niet zinvol. Er wordt wel een antibioticum gegeven (via tablet of infuus):

- als er een abces is. Een abces is een holte naast de darm gevuld met vocht en pus.
- of als een 'gedekte' perforatie is. Dit is klein gaatje in de darmwand, dat niet in verbinding staat met de buikholte doordat er vet overheen ligt.

Bedrust

Als u op bed ligt, geeft dit rust aan uw darmen waardoor u minder pijn heeft. Bedrust is echter niet noodzakelijk. U kunt rust nemen en bewegen afhankelijk van hoe u zich voelt.

Operatie

In bepaalde situaties kan uw behandelend arts een operatie adviseren:

1. Bijvoorbeeld wanneer er bij een gaatje in de darm (perforatie) ook veel vocht en of lucht in de buikholte komt. Er treedt dan een buikvliesontsteking op. Hiervoor is bijna altijd een spoed operatie nodig.
2. Een andere reden kan zijn wanneer er een fistel (kanaaltje) is ontstaan van de darm naar bijvoorbeeld de urineblaas.
3. Als de klachten aanhouden na een diverticulitis (meestal na een periode van ten minste 3 maanden).
4. Als er een verdenking is op darmkanker.

Een operatie heeft ook nadelen. Er kunnen complicaties optreden zoals een naadlekkage, een wondinfectie of abcessen. Ook is er geen garantie dat de diverticulitis op een andere plek niet terug komt. Vaak zijn er nog divertikels op andere plaatsen in de darm.

Een geplande operatie kan bijna altijd met een kijkoperatie. Bij een spoedoperatie is er meer kans dat een grotere snede in de buik nodig is. Bij een spoedoperatie is het vaak nodig om een (dikkedarm)stoma aan te leggen. De behandelend arts legt u uit of dit stoma blijvend of tijdelijk is.

Als er direct een aansluiting wordt gemaakt bestaat er een kans dat bij een lekkage van de aansluiting alsnog een stoma aangelegd moet worden.

Of een operatie wel of niet geadviseerd wordt, verschilt per patiënt. Uw behandelend arts maakt in overleg met u de afweging om wel of niet te opereren.

Vragen

Wat doet u bij problemen thuis ?

Krijgt u vóór uw controleafspraak meer pijn of blijft u pijn houden? Of zijn er andere problemen die te maken hebben met de operatie? Dan belt u het ziekenhuis. Tijdens kantoortijden belt u naar de polikliniek Chirurgie, telefoonnummer: (073) 553 60 05. In dringende gevallen buiten kantoortijden belt u verpleegafdeling Chirurgie, telefoonnummer (073) 553 20 23.

Bij vragen of problemen ná uw eerste controleafspraak belt u uw huisarts.

Heeft u geen controleafspraak in het ziekenhuis? Dan belt u met het ziekenhuis bij problemen in de eerste 10 dagen na de operatie. Ná 10 dagen belt u met uw huisarts.

Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, dan kunt u bellen naar de polikliniek Chirurgie, telefoonnummer: (073) 553 60 05.

Praktische tips

Wat neemt u mee?

Bij iedere afspraak in het ziekenhuis neemt u mee:

- een geldig identiteitsbewijs
- uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO).

Hier vindt u meer informatie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-neemt-u-mee) over wat u moet meenemen.

Afspraak op onze locatie in 's-Hertogenbosch, Boxtel, Drunen, Rosmalen of Zaltbommel? Meld u eerst digitaal aan. Lees hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aanmelden) hoe dit werkt.

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder

supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

Code CHI-168a

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis