**Text: 739383\_Hämorrhoiden.docx**

**1. Prompting:**

"Einfache Sprache" ist ein Konzept, das darauf abzielt, Texte und gesprochene Kommunikation für alle Menschen verständlicher zu machen, insbesondere für Menschen mit kognitiven oder sprachlichen Einschränkungen. Hauptmerkmale der Einfachen Sprache umfassen:   
  
1. Sätze in Einfacher Sprache sind meist kürzer als in Standardsprache. Sie enthalten oft nur eine Information pro Satz.   
2. Es wird auf Fachbegriffe, Fremdwörter und schwierige Begriffe verzichtet. Stattdessen werden allgemein bekannte und gebräuchliche Wörter verwendet.   
3. Wo möglich, wird der Aktiv statt der Passivform verwendet, da dies direkter und leichter verständlich ist.   
4. Die Texte sind klar gegliedert, mit übersichtlichen Absätzen und gegebenenfalls Überschriften, die den Inhalt strukturieren.   
5. Bilderhafte und idiomatische Ausdrücke werden vermieden, da sie oft missverständlich sein können.   
6. Komplexe Sachverhalte werden durch einfache und konkrete Beispiele erklärt.   
7. Bilder, Piktogramme und Symbole werden verwendet, um den Text zu illustrieren und zu unterstützen.   
  
Das Ziel der Einfachen Sprache ist es, Barrieren im Verständnis zu minimieren und einem breiteren Publikum den Zugang zu Informationen zu ermöglichen. Dabei spielt Einfache Sprache eine wichtige Rolle in Inklusion und barrierefreier Kommunikation, um sicherzustellen, dass alle Menschen, unabhängig von ihren individuellen Fähigkeiten oder Einschränkungen, die Möglichkeit haben, wichtige Informationen zu verstehen und zu nutzen.  
  
**2. Prompting:**

Hier ist die Übersetzung in Einfache Sprache:   
  
---   
  
### Hämorriden: Anzeichen, Hausmittel und Operationen   
  
Hämorriden können Nässen, Jucken, Brennen oder Bluten am Po und Schmerzen beim Stuhlgang verursachen. Hier gibt es mehr Informationen zu Ursachen, Symptomen und Behandlung.   
  
Unsere Inhalte sind von Ärzten geprüft.   
Von Dr. Dennis Ballwieser, Aktualisiert am 20.03.2019

-

-

-

-

-

-

-

-

#### Was sind Hämorriden?   
Hämorriden sind geschwollene Blutgefäße am Ausgang des Darms (siehe Bild). Jeder Mensch hat dort ein Polster aus Gefäßen, das den Darm verschließt. Beim Stuhlgang entspannt sich der Schließmuskel und das Blut fließt aus dem Polster. Danach wird das Polster wieder mit Blut gefüllt und verschließt den After.   
  
#### Wie entstehen vergrößerte Hämorriden?   
Die Blutgefäße im Polster können aus unterschiedlichen Gründen größer werden. Das passiert häufig durch starkes Pressen beim Stuhlgang, zum Beispiel bei Verstopfung. Ein Toilettenhocker kann starkes Pressen verhindern und Hämorriden vorbeugen.   
  
#### Hämorriden in der Schwangerschaft   
Etwa die Hälfte aller Frauen hat während oder direkt nach der Schwangerschaft Probleme mit Hämorriden. Der Grund ist, dass sich der Körper in der Schwangerschaft verändert. Hormone machen das Gewebe weich und erweitern die Blutgefäße. Das Kind und die Gebärmutter drücken auf die Gefäße im Analbereich. Bei der Geburt wird dann noch einmal stark gepresst, was die Beschwerden verstärken kann.   
  
#### Wie erkennt man Hämorriden?   
Vergrößerte Hämorriden bleiben oft unbemerkt. Manchmal aber führen sie zu Juckreiz, Blutungen, Nässen oder einem Druckgefühl am After. Das nennt man Hämorridalleiden. Andere Krankheiten können ähnliche Beschwerden verursachen.   
  
#### Was hilft bei Hämorrhoiden?   
Viele Menschen schämen sich, zum Arzt zu gehen, wenn sie Beschwerden am Po haben. Doch eine frühe Behandlung ist oft einfach und wirksam. Das Problem löst sich meist nicht von alleine und kann schlimmer werden. Es ist wichtig, zum Arzt zu gehen, weil manche Beschwerden auch von ernsten Krankheiten kommen können, die früh behandelt werden müssen.   
  
#### Wichtiger Hinweis:   
Dieser Artikel gibt nur allgemeine Informationen und ist nicht für die Selbstdiagnose oder -behandlung gedacht. Er ersetzt keinen Arztbesuch. Unsere Experten können individuelle Fragen leider nicht beantworten.

---

Ich hoffe, dies hilft. Wenn du noch weitere Anpassungen oder Übersetzungen benötigst, lass es mich wissen!