

Informatie over
poliepen
in de darm



Wat zijn poliepen in de darm?

Een poliep is een uitstulping (bultje) in het darmslijmvlies. Poliepen in de dikke darm komen vaak voor, vooral bij mensen boven de 50 jaar.

Poliepen verschillen in grootte en vorm. Ze kunnen zo klein zijn als speldenknopjes tot enkele centimeters groot. De vorm varieert van platte poliepen tot in de vorm van een paddenstoel.

De meeste poliepen in de darm zijn goedaardig en blijven dat ook. Soms groeit een poliep uit tot een kwaadaardige tumor. Dit gebeurt bij 1 op de 20 darm-poliepen. Vaak duurt dit proces zo'n 10 tot 15 jaar.

Hoe ontstaat het?

Het is onbekend hoe poliepen ontstaan en waarom sommige mensen ze wel krijgen en anderen niet. Erfelijke aanleg, voeding en leefstijl kunnen hierin een rol spelen.

Diagnose

Poliepen in de darm worden vaak opgespoord met een coloscopie. Dat is een kijkonderzoek van de darm. Via de anus wordt een flexibele slang door de

darm geschoven en wordt de darmwand in beeld gebracht. In sommige gevallen worden poliepen gevonden op een CT-scan van de dikke darm.

Behandeling

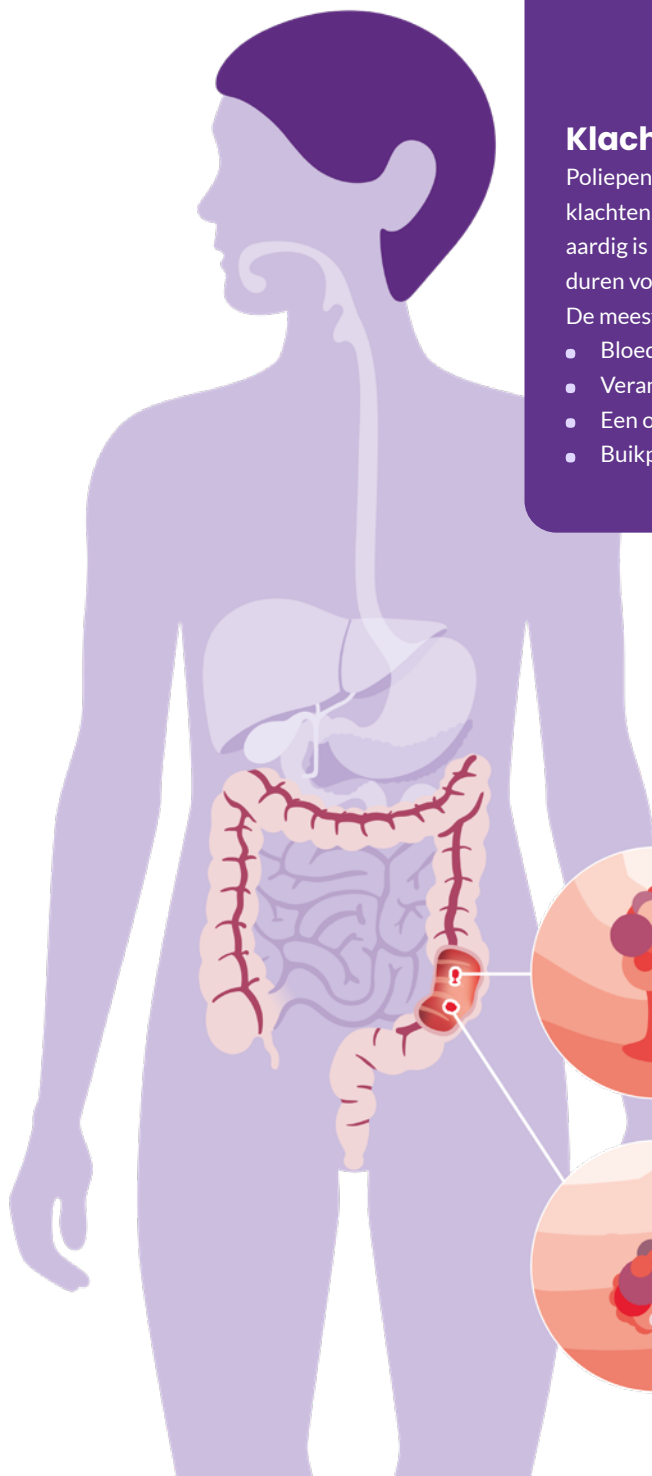
De behandeling is gericht op het verwijderen van de poliepen.

Kijkonderzoek

Tijdens een kijkonderzoek worden poliepen meestal al uit voorzorg verwijderd. Aan de buitenkant van de poliep is namelijk niet altijd zichtbaar of deze onschuldig is of niet. Dit blijkt pas nadat het weefsel is onderzocht.

Operatie

Sommige poliepen zijn lastig om helemaal te verwijderen met een kijkonderzoek. Soms is daarom een operatie nodig. Dit geldt bijvoorbeeld voor poliepen die in de darmwand zijn gegroeid.



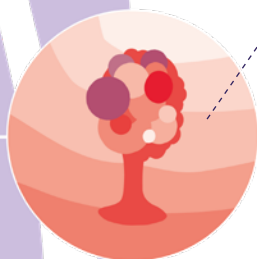
Klachten

Poliepen geven meestal geen klachten. Ook als een poliep kwaadaardig is geworden, kan het lang duren voordat klachten ontstaan.

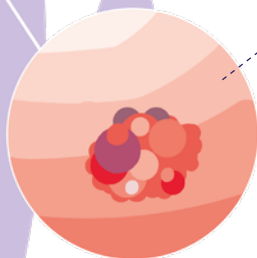
De meest voorkomende klachten zijn:

- Bloed in de ontlasting
- Verandering in ontlastingspatroon
- Een onregelmatige stoelgang
- Buikpijn

Gesteelde poliep



Platte poliep



Controle

Soms blijf je onder controle na een kijkonderzoek wanneer er poliepen uit de darm zijn verwijderd. Je arts kan je hier meer over vertellen. Of en hoe vaak je terug moet komen hangt af van:

- Het aantal gevonden poliepen
- Het soort poliep
- Grootte van de poliep

- Je leeftijd
- Andere aandoeningen
- Erfelijke factoren

Als het darmkanker is

Als er darmkanker wordt gevonden, word je verder onderzocht. Je arts bespreekt daarna met je hoe de behandeling eruit zal zien.

Wat kan ik zelf doen?

Een gezonde leefstijl kan helpen om de kans op poliepen te verkleinen.

1 Eet gezond en vezelrijk: dit

houdt je darm gezond. Vezels zitten in groenten, fruit, volkoren graanproducten, peulvruchten, noten en zaden.

2 Drink 1.5 tot 2 liter per dag:

kies bijvoorbeeld voor water, thee, koffie of zuivel. Voldoende drinken helpt om de vezels in de darm hun werk te kunnen doen.

3 Beweeg voldoende: zorg dat je

minstens een half uur per dag actief bent. Ga bijvoorbeeld wandelen, zwemmen, fietsen of tuinieren. Bewegen zorgt voor een betere doorbloeding en de beweging van de darm.

4 Rook niet en drink geen alcohol:

roken en drinken zijn slecht voor het darmslijmvlies en kunnen mogelijk bijdragen aan het ontstaan van poliepen.

5 Wees matig met het eten van

rood en bewerkt vlees: eet liever geen bewerkt vlees en maximaal 100 gram rood vlees per week. Mensen die veel rood en bewerkt vlees eten, hebben een grotere kans op poliepen.

6 Doe mee met het

bevolkingsonderzoek darmkanker: het bevolkingsonderzoek kan mogelijke goedaardige poliepen opsporen. Ze kunnen nog verwijderd worden voordat ze kwaadaardig zijn of klachten veroorzaken.

Gezondheid begint in je buik

Ieder jaar zoeken
maar liefst vier miljoen
Nederlanders medische
hulp voor aandoeningen
aan maag, darm, lever,
slokdarm, galwegen
of alvleesklier.

MDL-ziekten kunnen zowel
levensbedreigend als chronisch zijn,
en vaak hebben ze grote impact op
het dagelijks leven.

MDL Fonds maakt zich sterk voor een
gezonde buik voor iedereen.
Dat kunnen we alleen met steun van
donateurs. Jouw bijdrage helpt.
Doneer op mdlfonds.nl



Meer weten over poliepen in de darm of ervaringsverhalen lezen?
Ga naar mdlfonds.nl/poliepen



Deze brochure is ontwikkeld
in samenwerking met de
Nederlandse Vereniging van
Maag-Darm-Leverartsen.

MDL Fonds, 2026

Redactie MDL Fonds **Ontwerp** BeeldBlinkers
Illustratie Erik olde Hanhof

Overleg altijd met je arts voor een juiste
beoordeling van je eigen situatie. MDL Fonds
aanvaardt geen aansprakelijkheid voor mogelijke
onjuistheid en/of onvolledigheid van de in
deze brochure verstrekte informatie. Aan deze
brochure kunnen geen rechten worden ontleend.



Poliepen
kunnen goedaardig
of kwaadaardig
zijn, maar worden
preventief verwijderd
om darmkanker te
voorkomen. Dankzij
nieuwe technieken
kunnen artsen
poliepen tijdens de
coloscopie beter
beoordelen, wat het
onderzoek efficiënter
en nauwkeuriger
maakt en de patiënt
onnodige zorgen
bespaart.

Prof. dr. Evelien Dekker
(MDL-arts)

Foto voorkant



mdlfonds

Postbus 800
3800 AV Amersfoort
033 752 35 00
info@mdlfonds.nl
mdlfonds.nl

