

Hémorroïdes



Les points clés

Les hémorroïdes correspondent à une dilatation et une inflammation de veines de la partie basse du rectum et de l'anus. Elles peuvent être situées à l'intérieur ou à l'extérieur de l'orifice anal. Elles sont la conséquence d'une trop grande pression dans l'intestin.

> LES SIGNES

L'anus fait mal (élancement, pesanteur), surtout lors de la défécation. Il démange. Des saignements rouge vif peuvent apparaître pendant et après les selles. Ils peuvent colorer le papier, les selles ou l'eau des WC. Il peut y avoir une décharge de mucus (de glaires) après les mouvements intestinaux. Les veines dilatées forment une boule que l'on peut éventuellement palper à l'anus. On décrit différents stades dans la maladie, selon l'état extériorisé (transitoire ou permanent) ou non des hémorroïdes.



> LES FACTEURS DE RISQUE

- Les antécédents d'hémorroïdes dans la famille
- L'obésité, la sédentarité, l'âge, les cycles menstruels, la grossesse
- La constipation, la diarrhée, les laxatifs
- L'alcool, les épices et les suppositoires
- La station assise ou debout prolongée, le chauffage excessif
- Le sexe anal.

> LES RISQUES

- L'hémorroïde s'infecte, s'ulcère.
- L'hémorroïde se bouche, grossit, devient très douloureuse et bleue : **c'est la thrombose hémorroïdaire externe.**
- Des douleurs intenses permanentes peuvent apparaître avec de possibles hémorragies arrosant les selles : **c'est la thrombose hémorroïdaire interne.**
- A long terme, la perte de sang peut entraîner un manque de globule rouge : **c'est l'anémie.**

> L'ÉVOLUTION

Elles peuvent disparaître avec une bonne hygiène de vie et réapparaître lors de périodes de constipation.



Le traitement

> Le traitement médical

C'est le traitement proposé en 1ère intention lors des poussées douloureuses. Il consiste à :

- Traiter la constipation (laxatifs)
- Appliquer des crèmes locales anesthésiantes
- Prendre des anti-inflammatoires et des antidouleurs (parfois, des médicaments veinotoniques peuvent être essayés, bien que leur efficacité soit controversée)
- Faire des bains de siège afin d'éviter l'inflammation de l'anus (avec du savon après chaque défécation).

> Les autres traitements

A un stade un peu plus avancé de la maladie, certains proposent de figer les hémorroïdes par différentes techniques (sclérothérapie, ligature des hémorroïdes...).

> La chirurgie

En cas d'hémorroïdes extériorisées et de gêne majeure, la chirurgie peut être nécessaire. Elle consiste à supprimer les hémorroïdes via différentes techniques. 10 à 20% des patients ayant des hémorroïdes en bénéficient.



La prévention

> Evitez la constipation

- Ayez une activité physique régulière
- Consommez des fibres, fruits et légumes frais, des céréales, du pain complet
- Perdez du poids en cas de surpoids
- Buvez-bien (buvez de l'eau).

> Evitez les positions assises prolongées



Quand consulter?

- > En l'absence d'amélioration malgré le traitement
- > En cas de douleurs intenses
- > En cas de saignements importants (plus que de simples traces ou filets de sang).

Rédacteur : M.Sustersic. Avril 2012. **Sources** : www.ebm-ptractice.net consulté en août 2016. **Validation, mise à jour** : comité de lecture de la SSMG, Dr MSustersic, août 2016. **Contacts** : melaniesustersic@yahoo.fr. **Illustration** : O.Roux.