Hémorroïdes : douloureuses mais facilement curables

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Générations plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): **- (2012)**

Heft 40

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-831639

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Hémorroïdes: douloureuses mais facilement curables

«Je souffre régulièrement de problèmes hémorroïdaires. Est-il possible de les prévenir et, si oui, de quelle manière?»

Jean-Luc, Grand-Lancy (GE)

Régis Petitjean
Pharmacien
Tavil-Chatton
Morges
BENU Apotheke

Rappelons tout d'abord que la maladie hémorroïdaire est une inflammation interne ou externe du réseau vasculaire anal. Elle s'accompagne d'une dilatation anormale des veines hémorroïdaires, due à une augmentation locale de la pression sanguine. Fréquente lors de constipation, pendant la grossesse et chez les plus de 50 ans, elle concerne 50 % de la population, au moins une fois au cours de sa vie. Quant à sa guérison, elle nécessite une à deux semaines.

Alcool, épices et facteur génétique

Hormis la grossesse, l'accouchement et la période prémenstruelle, les troubles du transit – constipation et diarrhée – sont souvent à l'origine d'une crise. Les agents irritants, tels que laxatifs, suppositoires et lavements pratiqués de façon abusive – sont à proscrire, comme l'alcool, le thé, le café, les sodas, le gibier, les épices et... le port de charges lourdes. Il existerait aussi une explication génétique à la prédisposition aux problèmes hémorroïdaires.

Un, deux, trois: bougez!

Combattre l'excès de poids et éviter la position assise prolongée contribuent à prévenir une crise. Marche, gymnastique et natation sont à adapter en fonction de la douleur. Même sans souffrir de constipation, il est indiqué de ramollir les selles, en adoptant une alimentation riche en vitamine C et en fibres, à base de légumes, fruits frais ou fruits secs. D'autres règles s'imposent, comme:

- Boire suffisamment d'eau (1,5 à 2 l par jour) en préférant les eaux fortement minéralisées (Contrex, Hépar).
- Réduire les risques d'irritation en privilégiant un papier toilette doux.
- Renoncer aux sous-vêtements serrés et synthétiques.
- Ne pas prendre de bains chauds, la chaleur accentue la vasodilatation.

Et si le mal est déjà là?

Il est déconseillé de prendre de l'aspirine, en raison du risque de saignement. En revanche, une toilette méticuleuse après être allé à la selle et plusieurs bains de siège quotidiens sont efficaces. Des suppositoires et des crèmes anti-hémorroïdaires, à mettre de préférence après les selles, calment la douleur, ainsi que l'application d'un bâtonnet anal, préalablement refroidi au congélateur. Vous pouvez utiliser en complément des veinotoniques et/ou des antalgiques anti-inflammatoires.

Plusieurs solutions homéopathiques existent sur le marché. Dès le début de la crise hémorroïdaire, l'*Aesculus hippocastanum 5CH* ou *Aesculus* composé soulage.

Selon les symptômes, votre pharmacien vous conseillera de l'*Aesculus*, de l'*Hamamelis*, du *Nux vomica*, du *Ratanhia 5CH* ou du *Lycopodium 7CH* en cas de saignements. Le *Sulfur* est réservé aux cas chroniques. Ces substances sont aussi proposées sous forme de pommade ou de suppositoires.

Mais n'hésitez pas à consulter votre médecin si les saignements deviennent fréquents, abondants ou rouge foncé.

O.Bellini