

HEMORROIDES

Las hemorroides o “almorranas” son un conjunto de venas inflamadas y dilatadas en la parte final del recto o canal anal conocidas como venas hemorroidales. Esta inflamación de las venas acaba produciendo varicosidades en el reborde anal pudiendo llegar a producir molestias moderadas en la persona que las padece.

¿Por qué se producen?

Existen diferentes factores que pueden predisponer a padecer hemorroides como por ejemplo:

- Estreñimiento habitual: Al producir mayor presión las heces de consistencia dura sobre la región anal hace que estas venas se inflamen.
- Embarazo y parto: Al aumentar la presión abdominal y uterina sobre la región del recto y el ano.
- Obesidad o sobrepeso, por producir un aumento de la presión en la cavidad abdominal por el exceso de grasa.
- Pasar mucho tiempo sentado, ya que favorece la congestión venosa en las hemorroides por la posición y el efecto de la gravedad.
- El bajo consumo de fibra en la dieta.

¿Qué síntomas produce?

Aunque en algunas ocasiones las hemorroides pueden resultar asintomáticas en un gran número de casos pueden producir síntomas molestos. El principal es el dolor en la zona anal. Además, en algunos casos en los que las venas se encuentran muy inflamadas puede llegar a producirse sangrado de color rojo intenso al defecar o al usar papel higiénico que puede resultar alarmante.

Por otro lado, así como el mismo estreñimiento puede ser un factor predisponente para padecer hemorroides, el dolor puede favorecer igualmente el estreñimiento al intentar evitar el acto defecatorio para no tener dolor.

¿Qué tratamiento tiene?

Por un lado, para evitar la aparición de hemorroides se puede llegar a adoptar una serie de medidas preventivas como son: el consumo de fibra en la dieta, evitar el sobrepeso y el estreñimiento, evitar largos periodos en postura de sedestación y realizar ejercicio de forma regular.

Por otro lado, en el caso de padecer hemorroides existen unas medidas o tratamientos que podemos adoptar:

Baños de asiento en bidet con agua fresca o fría en varias ocasiones a lo largo del día.

Cremas o pomadas antihemorroidales con anestésicos que alivian notablemente las molestias a nivel anal y en la defecación. Algunas de ellas están compuestas con corticoides para rebajar la inflamación venosa.

Usar papel higiénico suave o toallitas húmedas no irritantes.

Analgésicos por vía oral.

En los casos de hemorroides externas, que producen muchas molestias refractarias a tratamiento puede llegar a ser necesaria intervención quirúrgica.

Equipo médico PacientesSemergen.es

Dr. Javier Precioso Costa NC: 4622492

Dr. Fernando M^a Navarro Ros NC: 4622291