

Hemorroides

Las hemorroides son venas hinchadas en el ano o la parte inferior del recto.

Causas

Las hemorroides son muy comunes. Son el resultado del aumento de presión en el ano. Esto puede ocurrir durante el embarazo, el parto o debido al estreñimiento. La presión provoca que las venas y los tejidos anales se hinchen. Este tejido puede sangrar, a menudo durante las deposiciones.

Las hemorroides pueden ser causadas por:

- ✚ Esfuerzo durante las deposiciones.
- ✚ Estreñimiento.
- ✚ Sentarse durante períodos de tiempo prolongados, especialmente en el baño.
- ✚ Ciertas enfermedades, como la cirrosis hepática.

Las hemorroides pueden estar dentro o por fuera del cuerpo:

Las hemorroides internas se presentan justo dentro del ano, donde comienza el recto. Cuando son grandes pueden salirse (prolapso). El problema más común con las hemorroides internas es el sangrado durante las deposiciones.

Las hemorroides externas ocurren por fuera del ano. Pueden causar dificultad para limpiar la zona después de una deposición. Si se forma un coágulo de sangre en una hemorroide externa, puede ser muy doloroso (hemorroide externa trombosada).

Síntomas

Las hemorroides con frecuencia no son dolorosas, pero si se forma un coágulo de sangre, pueden causar mucho dolor.

Los síntomas de hemorroides incluyen:

- ✚ Sangre roja brillante indolora proveniente del recto
- ✚ Prurito anal
- ✚ Dolor anal especialmente mientras se está sentado
- ✚ Dolor durante la defecación
- ✚ Una o más protuberancias duras y sensibles cerca del ano

Pruebas y exámenes

La mayoría de las veces, el proveedor de atención médica a menudo puede diagnosticar las hemorroides simplemente examinando la zona rectal. Las hemorroides externas a menudo se pueden detectar de esta manera.

Los exámenes que pueden ayudar con el diagnóstico del problema incluyen:

- ✚ Examen rectal
- ✚ Sigmoidoscopia
- ✚ Anoscopia

Tratamiento

Los tratamientos para las hemorroides incluyen:

- Las cremas corticosteroides de venta libre (por ejemplo, cortisona) para ayudar a disminuir el dolor y la hinchazón.
- Las cremas para hemorroides que contienen lidocaína para ayudar reducir el dolor.
- Los ablandadores de heces ayudan a reducir el esfuerzo y el estreñimiento.

Las cosas que se pueden hacer para reducir la picazón incluyen:

- Aplicar agua de hamamelis al área con motas de algodón.
- Utilizar ropa interior de algodón.
- Evitar el papel higiénico con perfumes o colores; usar toallitas para bebés en lugar de esto.
- Tratar de no rascarse la zona.

- Los baños de asiento, en agua tibia durante 10 a 15 minutos, pueden ayudar a que usted se sienta mejor.

Si sus hemorroides no mejoran con los tratamientos caseros, usted puede necesitar un tipo de tratamiento en el consultorio médico para reducir el tamaño de las hemorroides.

Si el tratamiento en el consultorio médico no es suficiente, puede ser necesario algún tipo de cirugía, como la extirpación de las hemorroides (hemorroidectomía). Estos procedimientos generalmente se utilizan para personas que presentan sangrado intenso o prolapso que no haya respondido a otra terapia.

Posibles complicaciones

La sangre en la hemorroide puede formar coágulos y esto puede provocar que el tejido circundante muera. La cirugía a veces es necesaria para extirpar hemorroides con coágulos.

En raras ocasiones, también se puede presentar sangrado intenso. La pérdida prolongada de sangre puede provocar anemia ferropénica.

Cuándo contactar a un profesional médico

Consulte con el médico si:

- Los síntomas de las hemorroides no mejoran con el tratamiento casero.
- Presenta sangrado rectal. Es posible que el médico esté interesado en buscar otras causas más serias del sangrado.

Consiga ayuda médica de inmediato si:

- Pierde mucha sangre.
- Está sangrando y siente vértigo, mareo o se desmaya.

Prevención

El estreñimiento, el esfuerzo durante las defecaciones y sentarse en el baño por mucho tiempo aumentan el riesgo de hemorroides. Para prevenir el estreñimiento y las hemorroides, usted debe:

- Tomar muchos líquidos
- Consumir una dieta rica en fibra de frutas, verduras y granos integrales
- Pensar en tomar suplementos de fibra
- Usar ablandadores de heces para prevenir el esfuerzo

Fuente:

Colegio de Médicos y Cirujanos de Costa Rica.
U.S. National Library of Medicine