



Hémorroïdes

🕒 paru le 06/12/2019 • adapté au contexte belge francophone

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

De quoi s'agit-il ?

Les hémorroïdes sont des « varices » des veines situées sous la muqueuse de l'anus et appelées veines hémorroïdaires.

Elles apparaissent souvent suite à des efforts de poussée importants, par exemple en cas de constipation ou avec des selles dures, après un accouchement ou en cas de toux persistante.

Les hémorroïdes sont bénignes mais elles peuvent provoquer des symptômes désagréables. Elles disparaissent souvent spontanément, mais elles peuvent aussi revenir. Dans certains cas, un caillot de sang se forme dans les hémorroïdes (hémorroïdes thrombosées), ce qui est (très) douloureux

Quelle est sa fréquence ?

Les hémorroïdes constituent une affection particulièrement fréquente. Environ 3 adultes sur 10 ont déjà eu des hémorroïdes¹.

Comment les reconnaître ?

La perte de sang est le principal signe de la présence d'hémorroïdes. Les saignements sont généralement limités ; vous remarquez un tout petit peu de sang sur le papier toilette après être passé aux toilettes ou dans votre slip. Il arrive que du sang coule dans la cuvette des toilettes après avoir déféqué. Les démangeaisons ou une sensation inconfortable autour de l'anus sont également courantes.

On distingue quatre niveaux de gravité des hémorroïdes.

- Niveau 1 : les hémorroïdes restent à l'intérieur de l'anus, elles ne sont pas visibles à l'extérieur.
- Niveau 2 : les hémorroïdes sont visibles en poussant, mais disparaissent quand on relâche.
- Niveau 3 : les hémorroïdes sortent vers l'extérieur, mais vous pouvez toujours les repousser à l'intérieur avec le doigt.
- Niveau 4 : il devient impossible de pousser les hémorroïdes vers l'intérieur, elles sont visibles en permanence de l'extérieur.

En présence d'une hémorroïde thrombosée, on a très mal autour de l'anus. Dans ce cas, il se peut qu'on ne puisse plus s'asseoir. Un gonflement dur et rouge foncé est visible le long de l'anus.

Comment le diagnostic est-il posé ?

- La plupart des médecins font d'abord une simple inspection pour voir si des hémorroïdes sont visibles de l'extérieur et s'il n'y a aucune autre cause pour expliquer les plaintes. Pendant l'examen, le médecin vous demande de pousser.

- Il procédera ensuite à un [examen interne](#). Le médecin va sentir avec son doigt s'il y a des hémorroïdes internes. Par la même occasion, il peut aussi vérifier qu'il n'y a pas de [tumeurs](#) à la sortie du rectum. Chez les hommes, le médecin peut également [examiner la prostate](#).
- Il contrôle parfois l'intérieur de l'anus avec une petite tige métallique. En cas de doute, il vous orientera pour une [endoscopie complémentaire du côlon](#) (coloscopie).

Que pouvez-vous faire ?

Un bon transit intestinal, avec des [selles molles](#), est très important. Par conséquent, veillez à ce que votre alimentation soit suffisamment variée et riche en fibres : mangez beaucoup de fruits et de légumes, et en particulier beaucoup de crudités, et buvez toujours suffisamment. Une activité physique régulière est également importante.

Si vous avez du mal à aller aux toilettes et que vos selles sont dures, vous pouvez prendre temporairement un [laxatif](#). Discutez-en avec le médecin.

Consultez votre médecin si vous avez plus de 50 ans et que vous commencez à perdre du sang rouge vif. La présence de sang mêlé aux selles constitue un important signal d'alerte. Il peut en effet s'agir du premier signe d'une tumeur intestinale.

Que peut faire votre médecin ?

Les hémorroïdes qui n'entraînent pas de désagréments ne nécessitent pas de traitement particulier.

Les médicaments n'occupent qu'une place limitée dans le traitement. Il convient surtout de traiter la constipation, éventuellement avec un laxatif approprié.

- En cas d'hémorroïdes gênantes, l'application d'une crème peut parfois suffire. Il est aussi possible de les étrangler avec une ligature élastique. Cette intervention est réalisée par le médecin généraliste ou un spécialiste (gastroentérologue). Les hémorroïdes ligaturées tombent au bout d'une semaine.
- Il arrive d'injecter un liquide sclérosant (atrophiant) dans l'hémorroïde (sclérothérapie).
- Les hémorroïdes plus volumineuses qui sortent de l'anus peuvent être incisées lors d'une petite intervention.
- Un caillot de sang est éliminé sous anesthésie locale.

En savoir plus ?

- [Hémorroïdes : pour en finir avec les tabous – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [La pyramide alimentaire – Manger Bouger – Question Santé](#)
- [Fibres : des bienfaits multiples – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Des fruits, des légumes et des céréales complètes – mongeneraliste.be – SSMG – Société Scientifique de Médecine Générale](#)
- [Activité physique – Manger Bouger – Question Santé](#)
- [Bouger à tout âge... Après 50 ans aussi ! – Manger Bouger – Question Santé](#)

Sources

- [Guide de pratique clinique étranger 'Hémorroïdes' \(2000\), mis à jour le 28.03.2017 et adapté au contexte belge le 13.03.2018 – ebpracticenet](#)
- ¹ Acheson AG, Scholefield JH. Management of haemorrhoids. BMJ. 2008;336:380-3.