

Hygiène anale

Le maintien de la propreté cutanée de la région anale est important. La selle contient des substances, qui lors d'un contact prolongé peuvent irriter la peau et induire des modifications inflammatoires (eczéma périanal). Lors de modifications pathologiques de la région anale, comme par exemple des hémorroïdes ou une hypotonie du sphincter anal avec l'âge, la continence anale peut être altérée, entraînant une exposition majorée de la peau au contact des substances contenues dans les selles. La personne atteinte souffre de démangeaisons, de brûlures et de douleurs. Lors de la formation d'un eczéma périanal, il y a une sécrétion entraînant une humidité locale, qui lors de situations plus graves peut aussi contenir des traces de sang. La réponse du professionnel aux questions fréquemment posées peut vous être utile lors du nettoyage quotidien de la région anale.

Quelle est la manière quotidienne la plus pratique et aisée de se nettoyer ?

Pour la toilette anale régulière, du papier blanc et doux multicouche sans surimpression est le plus adapté. L'anus est propre lorsqu'il n'y a plus aucune trace de selles sur le papier.

Faut-il utiliser de l'eau ?

L'eau sans savon peut faciliter le nettoyage, qu'il soit fait avec la douchette de bidet, une douche de WC ou un papier humide. La peau n'est alors ni irritée ni agressée par d'autres additifs (produits chimiques).

Utilisation de lingettes imprégnées ?

Les lingettes imprégnées facilitent certes le nettoyage, mais elles contiennent aussi différents additifs, qui peuvent irriter la muqueuse et la peau de l'anus. En cas d'irritation, un essai avec des lingettes de marques différentes peut être tenté. En cas de doute, mieux vaut renoncer complètement à leur utilisation.

L'usage du savon est-il recommandé ?

Non. L'eau sans savon suffit. Les savons peuvent irriter la peau et favoriser les infections bactériennes, car une utilisation régulière va détruire la couche de protection acide cutanée. Lors de la douche ou du bain, la région anale doit être bien rincée à l'eau. NB des résidus de lessive dans les sous-vêtements peuvent également irriter la peau !

Un séchage au sèche-cheveux est-il nécessaire ?

Non. Le maintien de la peau de l'anus au sec est certes important, mais le séchage avec du papier toilette suffit généralement.

Utilisation de pommades/crèmes ?

Les pommades/crèmes ne doivent être appliquées que sur prescription médicale. En cas de diarrhées, en voyage p. ex., une crème grasse toute simple peut protéger la peau des selles liquides et irritantes.

Une douche de WC est-elle utile ?

Oui. Agréable, le rinçage automatique et ciblé à l'eau facilite la toilette anale. Les douches de WC disponibles dans le commerce peuvent donc être recommandées pour un usage privé. La peau peut être ensuite séchée avec le séchoir intégré ou avec un papier doux. La douche de WC représente une aide précieuse, surtout pour les utilisateurs à mobilité réduite.

Une régulation des selles est-elle nécessaire ?

La constipation ou la diarrhée peuvent léser la peau sensible de l'anus ou provoquer une inflammation de la peau ou des hémorroïdes. Les selles devraient idéalement être molles et moulées. En cas de constipation ou de diarrhée persistante, un examen médical est nécessaire, surtout si ces symptômes sont apparus récemment.

Comment les symptômes de la région anale, en particulier les démangeaisons, apparaissent-elles ?

Le nettoyage en surface de la région anale est important. Les selles contiennent souvent des substances qui peuvent, en cas de long contact avec la peau l'irriter ou entraîner des modifications inflammatoires (eczéma anal). En cas de modifications pathologiques dans la région anale, comme des hémorroïdes ou un incontinence anale la peau est plus exposée à des substances nocives et cela peut provoquer des démangeaisons, des brûlures et des douleurs. En cas de formation d'eczéma anal, des suintements et des sécrétions susceptibles de contenir des traces de sang dans les cas graves, peuvent apparaître.

Que faire en cas de symptômes au niveau de l'anus ?

Un examen médical est indiqué en présence de symptômes tels que démangeaisons, brûlures, douleurs ou de sous-vêtements fréquemment souillés ou de traces de sang sur le papier toilette.

Que faire en cas de sang sur le papier ou dans les selles ?

Le sang sur le papier ou dans les selles doit toujours être pris au sérieux. Discutez-en avec votre médecin traitant. Il convient d'examiner précisément la région anale. Chez les jeunes patients sans risques ou symptômes particuliers, un examen du canal anal à l'aide d'un instrument court (proctoscopie) peut parfois suffire, mais souvent, une coloscopie s'avère nécessaire. Il ne faut pas attendre trop longtemps pour la faire !

Que faire en cas d'hémorroïdes ?

Les vaisseaux sanguins au niveau du canal anal sont essentiels à une « obturation » parfaite (continence). Les hémorroïdes sont de trop gros vaisseaux est donc seulement lorsqu'ils sont enflammés, douloureux ou anormalement augmentés en volume qu'on parle communément d' « hémorroïdes ». Dans la plupart des cas, le spécialiste peut y remédier par des mesures simples. Une opération des hémorroïdes cependant parfois nécessaire, elle peut être difficile et ne devrait être envisagée qu'après l'échec de méthodes moins invasives.

La Ligue Gastrointestinale Suisse
Case Postale 2705
3001 Bern
T +41 31 301 25 21
F +41 31 301 25 80
www.magendamliga.ch

La Société Suisse de Gastroentérologie
SGG/SSG
www.sggssg.ch

L'élaboration de cette brochure d'information a été possible grâce aux soutiens généreux de :

Allergan AG
Geberit International AG
Janssen-Cilag AG
Medtronic (Schweiz) AG
MOSITECH Medizintechnik AG
Mylan Pharma GmbH
Norgine AG
Olympus Schweiz AG

Permamed AG
Reckitt Benckiser (Switzerland) AG
RECORDATI AG
Sanofi-Aventis (Schweiz) AG
Shire Switzerland GmbH
Takeda Pharma AG
Vifor AG
Zur Rose Suisse AG
Novembre 2019