

Las Hemorroides a fondo

Las hemorroides, una de las dolencias más comunes conocidas tanto en hombre como en mujeres, afecta a más de la mitad de la población en algún punto de sus vidas. Esto ocurre con más frecuencia después de los 30 años, pero las hemorroides han sido reportadas en personas de todas las edades. De acuerdo con la Sociedad Americana de Cirujanos de Colon y recto, más de 525.000 pacientes en los Estados Unidos son tratados anualmente por hemorroides sintomáticas. De estos, aproximadamente un 10 – 20 por ciento requieren tratamiento quirúrgico para tratar esta condición.

Las hemorroides son venas inflamadas. Todos nosotros tenemos venas alrededor del ano que tienden a extenderse cuando están bajo presión, algo parecido a las venas en las piernas. Se cree que estas venas existen para proteger y acolchonar el canal anal. Cuando estas venas se inflaman se les llamadas hemorroides. Un paquete de venas están dispuestas en el interior del recto (hemorroides internas) y el otro paquete esta debajo de la piel alrededor del ano (hemorroides externas)

Hemorroides Internas

Las hemorroides internas no son dolorosas usualmente, pero pueden sangrar. Algunas veces, un hemorroide interna puede inflamarse tanto que puede salir fuera del ano. Esto es llamado una hemorroide prolapsada. Estas pueden retornar por ellas mismas al recto o puede ser cuidadosamente introducida hacia adentro. En el caso en que la hemorroide prolapsada no pueda ser puesta dentro del recto de nuevo la consulta con un medico para ver distintos tratamientos quirúrgicos es necesario.

Hemorroides Externas:

Las hemorroides externas cobijan a las venas que están afuera del ano. Pueden ser dolorosas y producir picazón, además se pueden romper y sangrar. Si se forma un coágulo de sangre, uno puede sentir un bulto suave alrededor del ano y puede ver sangre roja y brillante en el papel del baño o en el sanitario después de defecar.

Los síntomas de hemorroides, tanto internas como externas, incluyen dolor después de defecar; picazón anal o rectal; sangre roja y brillante en el papel de baño o en el sanitario; y la aparición de bultos anales suaves y sensibles. Cuando cualquiera de estos síntomas aparecen es muy importante ir a ver a su medico para asegurarse de que el malestar son las hemorroides y no cualquier otra cosa. Cuando el paciente visita al doctor por síntomas ano rectales, la evaluación debe incluir observación, palpación y examen anoscópico.

Una persona es más susceptible a tener hemorroides con la edad o si sus padres tuvieron hemorroides. Las mujeres embarazadas usualmente tienen hemorroides debido a la tensión de su estado y al dar a luz. Para algunas mujeres, esas hemorroides son un problema temporal. Tener sobre peso, estreñimiento, sentarse mucho tiempo en el sanitario o estar de pie o alzando mucho peso pueden complicar las hemorroides. El estreñimiento es la principal causa de hemorroides.

Las siguientes son ayudas para prevenir las hemorroides:

- Incluir más fibra en la dieta. Frutas frescas, vegetales verdes, y panes integrales y cereales son buenas fuentes de fibra.
- Beber suficiente líquido (exceptuando alcohol). 8 vasos de agua diarios es ideal.
- No leer en el sanitario. Estar sentado y pujando por largos periodos incrementa la inflamación.
- Hacer ejercicio regularmente.
- Evite laxantes, excepto los que forman bultos como Fiberall, Metamucil, etc. Otros tipos de laxantes pueden llevar a la diarrea, lo que puede complicar las hemorroides.
- Cuando tenga la necesidad de ir al baño, no espere por largos periodos de tiempo.

Las siguientes son ayudas para prevenir el dolor causado por las hemorroides:

- Tome baños de agua tibia de 3 a 4 veces al día.
- Limpie el ano después de defecar acariciando suavemente un papel de baño húmedo.
- Use paquetes de hielo para aliviar la inflamación.
- Use acetaminofen, ibuprofen, o aspirina para aliviar el dolor.

Tratamiento:

Usualmente, los cambios en el estilo de vida, las medicinas tópicas, y una buena higiene es todo lo que se necesita para reducir los síntomas de las hemorroides. Las más dolorosas hemorroides paran de doler al término de una o dos semanas. Si el dolor persiste, es tiempo de ir a donde el doctor para determinar nuevas alternativas de tratamiento.

En cierto porcentaje de los casos, el procedimiento quirúrgico es necesario para obtener un resultado satisfactorio y de largo plazo. El procedimiento para hemorroides avanzadas es llamado Procedimiento para Prolapso y Hemorroides (PPH). Este es una técnica que reduce el prolapso del tejido hemorroidal. Con el procedimiento de PPH, los pacientes experimentan menos dolor y más rápida recuperación que los pacientes que se someten al procedimiento convencional.

PPH reduce el prolapso hemorroidal mediante el corte de una banda del prolapso de la mucosa anal con el uso de un dispositivo circular cortante. El procedimiento de PPH básicamente “sube” o reposiciona la mucosa y

recompone el tejido hemorroidal en su posición anatómica original. Esto reduce la irrigación sanguínea a las hemorroides internas para luego estas se desinflan entre cuatro y seis semanas después del procedimiento. El procedimiento de PPH resulta en menos dolor que el procedimiento tradicional por que este es ejecutado sobre la línea “del dolor”, o línea dentada, dentro del canal anal. La ventaja es que este método afecta pocas terminaciones nerviosas, mientras que el procedimiento tradicional es ejecutado debajo de la línea dentada, afectando gran cantidad de nervios.

Como en cualquier procedimiento quirúrgico, existen riesgos que acompañan al PPH. Si se secciona músculo, esto puede resultar en daño de la pared rectal produciendo inflamación o infección. Además, los músculos internos del esfínter puede ser dañado, resultando en disfunción de largo o corto plazo, como dolor severo o incontinencia.

Para los pacientes con un menor grado de prolapso (hemorroides internas que se han salido del ano), la ligadura con bandas es usada para el tratamiento de las hemorroides internas. En este procedimiento, el tejido hemorroidal es puesto dentro de un cilindro que permite el posicionamiento de bandas de látex alrededor del tejido. Con el tiempo, el tejido debajo de las bandas muere y este es eliminado durante la defecación. La ligadura con bandas puede ser ejecutada en el consultorio del medico requiere de poca preparación. Frecuentemente existe la necesidad de mas de un procedimiento para resolver la condición del paciente.

En los casos en los que el prolapso es mucho más grande, existen una variedad de técnicas que son empleadas para solucionar el problema. En una hemorroidectomía tradicional, la cirugía es usada para remover las hemorroides. Una hemorroidectomía remueve el tejido sobrante que esta causando el sangrado u obstrucción. Es hecho con anestesia y puede requerir de hospitalización y de un periodo de inactividad. Durante una hemorroidectomía con láser, este es usado para quemar el tejido hemorroidal.

Otros tratamientos incluyen la crioterapia, coagulación BICAP, y corriente directa. La crioterapia, muy popular hace 20 años, consistía en congelar el tejido hemorroidal. No es recomendada para hemorroides por causa mucho dolor. BICAP, también conocida como coagulación bipolar, y corriente directa, que es estimulación con corriente, son técnicas que encogen las hemorroides y causan que el tejido hemorroidal se muera. Ninguna de estas técnicas a ganada aceptación mundial.

Aunque la condición ano rectal es benigna y de fácil tratamiento, los pacientes pueden retrasar el consejo medico por vergüenza a las hemorroides o miedo al cáncer. Como resultado, muchos pacientes visitan a su medico cuando el problema ya esta avanzado y requiere de un tratamiento extenso, causando

mayor incomodidad para el paciente que si lo hubiera hecho en una etapa más temprana.