

## Igiene anale

È di estrema importanza mantenere pulita la pelle della zona anale. Le feci contengono tutta una serie di sostanze che se rimangono a lungo in contatto con la pelle possono causare dei processi infiammatori come ad esempio un eczema anale. Alcune malattie della zona anale come ad esempio la presenza di emorroidi oppure una debolezza della muscolatura dello sfintere legata all'età, possono esporre la pelle ad un contatto prolungato con sostanze irritanti contenute nelle feci e procurare al paziente sintomi quali prurito, bruciore o dolori. Nel caso si formi un eczema anale (infiammazione della pelle della zona dell'ano) la pelle infiammata produce delle secrezioni che rendono umida la zona. A volte queste secrezioni possono anche contenere delle tracce di sangue. Una risposta competente da parte dello specialista ai seguenti quesiti ricorrenti potrà aiutarla ad eseguire una corretta igiene anale giornaliera.

### **Qual è il modo più semplice per eseguire (la detersione) l'igiene giornaliera?**

La carta igienica più adatta per la (detersione) la pulizia abituale è la carta bianca, morbida, a più veli e non stampata. L'ano è pulito quando sulla carta igienica non sono più visibili tracce di feci.

### **Uso di acqua?**

L'acqua senza sapone, applicata mediante doccia, WC con getto d'acqua o carta inumidita, può facilitare la detersione. La pelle non si irrita, né viene aggredita da altre sostanze additive (sostanze chimiche).

### **Uso di salviettine umidificate?**

Le salviettine umidificate semplificano la detersione, ma contengono diversi additivi, che possono irritare la pelle della zona anale. Si possono fare delle prove cambiando marca. In caso di dubbio è meglio rinunciare ad usarle.

### **L'uso del sapone è consigliabile?**

No. È sufficiente usare acqua senza sapone. I saponi possono irritare la pelle e favorire infezioni batteriche, perché l'uso regolare distrugge lo strato acido protettivo della pelle. Durante la doccia o il bagno, la zona anale deve essere lavata bene. Anche residui di detersivi sulla biancheria intima possono irritare la pelle.

### **È necessario asciugarsi con un getto d'aria?**

No. Anche se è importante mantenere asciutta la pelle anale, in genere, è sufficiente asciugarsi con carta igienica morbida.

### **Si devono utilizzare pomate?**

Le pomate devono essere utilizzate solo se prescritte dal medico. In caso di diarrea, per esempio in viaggio, una semplice crema grassa può proteggere la pelle dall'irritazione causata dalle feci liquide.

### **Un WC con getto d'acqua è utile?**

Sì. Il lavaggio automatico mirato con acqua semplifica la detersione anale ed è piacevole. I WC con getto d'acqua disponibili in commercio sono anche consigliabili per l'uso privato. La pelle può poi essere asciugata con l'asciugatore ad aria incorporato o con carta morbida. Soprattutto per le persone con limitazione dei movimenti il WC con getto d'acqua è un aiuto prezioso.

### **È necessaria una regolazione dell'attività intestinale?**

Stitichezza o diarrea possono causare lesioni della delicata pelle anale, infiammazioni cutanee o emorroidi. Le feci dovrebbero essere morbide e formate. In caso di stitichezza o diarrea perdurante è necessario consultare il medico, soprattutto se i sintomi sono di nuova insorgenza.

### **Da cosa sono causati i disturbi (prurito) della zona anale?**

È importante tenere pulita la pelle della zona anale esterna. Le feci contengono sostanze che, in caso di contatto prolungato con la pelle, possono provocare irritazioni e alterazioni infiammatorie (eczema anale). Le alterazioni patologiche nella zona anale, come emorroidi o rilassamento del muscolo sfintere anale causato dall'avanzare dell'età, possono compromettere la chiusura dell'ano (continenza), esponendo maggiormente la pelle alle sostanze dannose. La persona colpita soffre di prurito, bruciore e dolori variabili da soggetto a soggetto. Inoltre, in caso di eczema anale, le secrezioni, che nei casi gravi possono contenere anche tracce di sangue, creano un ambiente umido.

### **Cosa si può fare in caso di disturbi anali?**

Se nonostante una (detersione) pulizia corretta e delicata si manifestano prurito, bruciore, dolori, se si notano sempre tracce di sporco sulla biancheria intima o tracce di sangue sulla carta igienica, è necessario consultare il medico.

### **Cosa fare in caso di sangue sulla carta igienica o sulle feci?**

La presenza di sangue sulla carta igienica o sulle feci è sempre un fatto da prendere sul serio. Ne parli con il suo medico di famiglia. La zona anale deve essere controllata con attenzione. Nei pazienti giovani, che non presentano altri rischi o sintomi, può essere sufficiente un controllo del canale anale eseguito con uno strumento corto (proctoscopia). Tuttavia, in genere, è necessario eseguire un'endoscopia dell'intestino (colonscopia). Ma non si deve aspettare troppo!

### **Cosa fare in caso di emorroidi?**

Le emorroidi sono grossi vasi sanguigni che si estendono dal canale anale al retto. La loro presenza è del tutto normale e importante per una «tenuta» perfetta. Solo quando si infiammano, provocano dolore o si ingrandiscono in modo anomalo, nel linguaggio comune

si parla di «emorroidi». Nella maggior parte dei casi, lo specialista è in grado di offrire aiuto con rimedi semplici. Operazioni nella delicata zona anale si rendono necessarie solo raramente. Sono impegnative e dovrebbero essere prese in considerazione solo dopo il fallimento di metodi meno aggressivi.

---

Lega gastrointestinale svizzera  
Casella postale 2705  
3001 Bern  
T +41 31 301 25 21  
F +41 31 301 25 80  
[www.magendarmliga.ch](http://www.magendarmliga.ch)

Società Svizzera di Gastroenterologia  
SGG/SSG  
[www.sggssg.ch](http://www.sggssg.ch)

La redazione del presente depliant informativo e la Magendarmliga sono sostenuti da:

Alfasigma Schweiz AG  
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  
Sandoz Pharmaceuticas AG  
Sanofi-Aventis (Schweiz) AG  
Schwabe Pharma AG  
Shire Switzerland GmbH  
Takeda Pharma AG  
Vifor AG  
Zur Rose Suisse AG  
Oktobre 2020