



PICOR O PRURITO ANAL

El **prurito anal**, más conocido como **picor anal**, es una molestia frecuente entre la población que se caracteriza por sensación de **escozor o picazón en el ano**. Normalmente este picor suele presentarse tanto en el interior del canal anal como en el margen anal.

CAUSAS

El **picor de ano o prurito anal** normalmente se presenta sin causa aparente, es decir, se desconoce su origen. Sin embargo está relacionado con **múltiples factores** como pueden ser:

- La **falta de higiene** o una higiene incorrecta.
- La aparición de **hemorroides, fístulas o fisuras**.
- **Irritaciones** producidas **por diarrea** o deposiciones líquidas o incontinencia fecal.
- **Infecciones** producidas por enfermedades **de transmisión sexual** (ETS).
- Algunos problemas o **enfermedades cutáneas**.
- **Enfermedades crónicas** como la diabetes o la enfermedad de tiroides.
- **Causas idiopáticas**, es decir, que puede ser producido por causas psicósomáticas como el estrés o el nerviosismo.

RECOMENDACIONES PARA ALIVIAR EL PICOR ANAL



Evitar el uso de pomadas con corticoides por periodos largos de tiempo, ya que a largo plazo, los corticoides empeoran el prurito.



Después de la evacuación, lo más conveniente es lavarse con agua y jabón, y luego secar bien (puede emplear para ello un secador de pelo).



Durante el día procure que la zona NO esté reseca lubricando la zona perianal y margen anal con cremas o aceites hidratantes. La zona debe estar seca (no húmeda) pero evitando que la piel se reseque y se agriete.



Reducir el consumo de cítricos y sus jugos, bebidas alcohólicas, el café, los picantes, el chocolate y los frutos secos. Estos productos empeoran el picor.



Es aconsejable **tener un buen hábito intestinal** con una deposición diaria pero sin forzar ni utilizar laxantes.



Los **hábitos de vida saludables** como una buena dieta, hidratarse bien, ejercicio y buen descanso son siempre aconsejables.



Use ropa interior holgada y de algodón. Evite la lana y el nailon.



Hay un alto porcentaje de pacientes que desarrollan prurito anal por el estrés (situaciones laborales, familiares, de alguna enfermedad, etc.). En estos casos, se aconseja realizar algún tipo de actividad física que ayude a desconectar, o incluso si fuera necesario, un ansiolítico suave.

SI TU PICOR PERSISTE, PIDE CITA CON EL PROCTÓLOGO

Si a pesar de las recomendaciones que te ofrecemos desde el Instituto Proctológico Dr. Padrón tu molestia continúa recuerda que puedes **acudir al proctólogo para analizar tu caso** y buscar una solución.



PIDE CITA LLAMANDO A NUESTROS CENTROS DE:

Tenerife 922 257 820

Las Palmas 928 244 713



¿TIENES ALGUNA PREGUNTA? ¡CONTACTA!

