



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**, 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 desconocidas**, es decir, que puede ser producido por causas psicosomáticas 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.**



CITAS

Tenerife 922 257 820

Las Palmas 928 244 713



¿TIENES ALGUNA PREGUNTA?
¡CONTACTA!

