



Malattia emorroidaria

Nome patologia e definizione

Le emorroidi sono cuscinetti vascolarizzati siti all'interno nel tratto terminale del retto che collaborano alla continenza. La malattia emorroidaria si verifica quando iniziano a gonfiarsi; più precisamente, si tratta di **varici** delle vene emorroidali.

La patologia interessa le strutture di sostegno del canale ano-rettale, causando lo scivolamento verso il basso di questi tessuti. Il cedimento della mucosa rettale spinge verso l'esterno le emorroidi interne che a loro volta trascinano con sé quelle esterne, prolassando e causando i tipici sintomi della patologia.

Ci sono fattori maggiormente predisponenti, come gravidanza, stipsi o diarrea cronica.

Le emorroidi costituiscono la patologia anale più frequente.

Essendo i sintomi caratteristici di questa malattia comuni a diversi disturbi proctologici, la diagnosi certa viene data previa esplorazione rettale con rettoscopio.

In base alla gravità del quadro della malattia emorroidaria si distinguono:

- **I grado**, emorroidi interne e indolori;
- **II grado**, emorroidi prolassate parzialmente ma riportabili all'interno (più o meno sanguinanti);
- **III grado**, emorroidi prolassate totalmente ma sempre riportabili all'interno (più o meno sanguinanti);
- **IV grado**, emorroidi impossibili da riposizionare all'interno del canale anale (necessario un intervento chirurgico).

Linee guida

G. Gallo et al., *Consensus statement of the Italian society of colorectal surgery (SICCR): management and treatment of hemorrhoidal disease*. Techniques in Coloproctology (2020) 24:145–164

<https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s10151-020-02149-1.pdf>



Dietetoterapia - principi

Dieta:

- ✓ **ipocalorica o isocalorica**, secondo il peso;
- ✓ **ipolipidica**, in particolare **povera di grassi saturi**;
- ✓ **ricca di vegetali e acqua**, per ripristinare la regolarità intestinale.

Alimenti da consigliare

- Cereali e ortaggi ricchi di fibre, come avena, crusca, barbabietola rossa, cavolo, cipolla, porro;
- Salvia, tarassaco;
- Tra la frutta: melone, mirtillo e castagna;
- Yogurt.
- In caso di diarrea: limone;

Aumentare il consumo di liquidi, specie acqua: almeno 1L e mezzo al giorno.

Alimenti da evitare

Alcolici e superalcolici, caffè e the, cioccolato e cacao, bibite gassate, cibi troppo salati (insaccati, formaggi, scatolame), aceto, spezie, cibi piccanti, cibi grassi e grassi animali, frittture e intingoli, frutti di mare e crostacei, aglio e cipolla, melanzane, ravanelli e tartufi.

Frequenza pasti consigliata

4 (3 pasti principali e 1 spuntino pomeridiano)

Annotazioni

Istruire il paziente allo svolgimento di un'adeguata attività fisica.