

FEUILLET D'INFORMATION DESTINÉ AUX PATIENTS : DÉMANGEAISONS PÉRIANALES (également appelées prurit anal) – N'hésitez pas à photocopier cette page

Qu'est-ce qu'une démangeaison périanale?

Une sensation de démangeaison dans et autour de l'anus est appelée « démangeaison périanale ». Elle peut provoquer une intense envie de se gratter, une irritation, une douleur et une sensation de brûlure dans la région anale. Étant donné que la démangeaison périanale est un symptôme plutôt qu'une affection, il est important de commencer par en découvrir la cause sous-jacente pour planifier le traitement.

Qu'est-ce qui cause une démangeaison périanale?

Les causes possibles incluent les infections (champignons, bactéries, oxyures vermiculaires ou maladies transmissibles sexuellement), les troubles cutanés, une maladie sous-jacente (p. ex. diabète ou maladie du foie), certains médicaments (p. ex. laxatifs) et les hémorroïdes. Certains ont établi un lien entre quelques aliments (p. ex. caféine, alcool, arachides, tomates) et les démangeaisons périanales. La démangeaison peut être aggravée par la chaleur, l'humidité, une mauvaise hygiène, des médicaments topiques ou un écoulement de selles.

Quand devriez-vous consulter un médecin?

Consultez votre médecin de famille si les démangeaisons périanales persistent après plusieurs jours. Votre médecin peut vous aider à déterminer la cause et le meilleur moyen de la traiter. Votre médecin vous interrogera sur vos symptômes et vos antécédents médicaux, et vous fera passer un examen physique.

Quels traitements soulagent la démangeaison périanale?

L'essentiel consiste à traiter les affections sous-jacentes. Votre médecin pourra vous prescrire des médicaments pour traiter l'infection ou l'affection sous-jacente. Il pourra aussi vous prescrire des médicaments (p. ex. un onguent contenant de l'hydrocortisone) pour calmer la démangeaison, mais n'appliquez pas ces traitements topiques pendant plus de deux semaines car ils peuvent endommager votre peau s'ils sont utilisés trop longtemps. Votre médecin vous donnera des directives concernant l'administration du traitement.

Vous pouvez prendre les mesures suivantes pour contribuer à soulager la démangeaison :

Votre anus doit rester propre et sec :

- Prenez un bain ou une douche chaque jour.
- Évitez les bains moussants, les parfums ou les poudres autour de l'anus.
- Utilisez de l'eau pour vous nettoyer délicatement la région anale; une douche à main est utile à cette fin.
- Utilisez seulement des savons légers et non parfumés autour de l'anus, mais assurez-vous de bien rincer ensuite.
- N'enfilez un sous-vêtement qu'après vous être séché complètement l'anus.

Autres soins personnels :

- Utilisez du papier hygiénique doux.
- Portez des sous-vêtements en coton amples et changez-les quotidiennement.
- Évitez de porter des vêtements serrés.
- La nuit, portez des vêtements qui ne vous donnent pas trop chaud.
- Bien que l'envie de vous gratter puisse être intense, essayez de l'éviter car cela endommage la peau et aggrave l'affection.
- Portez des gants en coton lorsque vous dormez de manière à causer moins de lésions cutanées si vous vous grattez.

Alimentation :

- Réduisez ou éliminez votre consommation de certains aliments pour voir si cela fait une différence (p. ex. tomates, aliments épicés, agrumes, noix, chocolat, produits laitiers, café, bière ou vin).
- Prenez plus de fibres pour avoir des selles régulières et bien formées en mangeant plus de céréales (p. ex. pain à céréales entières), de légumineuses (pois, haricots secs et lentilles), d'avoine, de fruits et de légumes.

Retournez voir votre médecin si votre démangeaison périanale ne s'améliore pas après avoir adopté ces mesures. Votre médecin pourra vous orienter chez un dermatologue ou un spécialiste du traitement colorectal.

Sources :

- 1) NHS Choices. *Itchy bottom*. <http://www.nhs.uk/Conditions/itchybottom/Pages/Introduction.aspx>.
- 2) Mount Sinai Hospital Patient Care. *Pruritis Ani*. <http://www.mountsinai.org/patient-care/health-library/diseases-and-conditions/pruritus-ani>.

© La Fondation pour l'éducation médicale continue, www.fmpe.org

Août 2016

