

## **Введение**

Около 80 % женщин, ставших мамами, наверняка искали информацию в интернете и научных изданиях, в которой присутствовала слова или фразы — геморрой симптомы у женщин или геморрой причины и лечение у женщин симптомы, так как в последнем триместре беременности увеличенная матка, критичная для кровеносных сосудов в анальной области, может вызвать это заболевание.

Геморрой — это набухшие, воспалённые вены вокруг ануса или нижней части прямой кишки.

Считалось, что эта патология вызвана расширением подслизистого венозного сплетения в заднем проходе, но более поздние исследования показали, что геморрой вызван не просто расширением венозного сплетения, а выпячиванием так называемой «анальной подушки», состоящей из кровеносных сосудов, мышц и соединительной ткани.

Геморрой может развиваться внутри прямой кишки (внутренний геморрой) или под кожей вокруг ануса (внешний).

## **Причины патологии у женщин**

Исследования показывают, что большинство женщин сталкиваются с геморроем хотя бы раз в жизни. И хотя у одних из них отдельные проявления заболевания протекают в лёгкой форме и могут даже оставаться незамеченными, у других наблюдаются умеренные или тяжёлые симптомы геморроя, которые со временем потребуют лечения.

Причины возникновения геморроя:

а) Только у женщин:

1. Беременность и роды. Эти состояния сопровождаются сильным давлением на брюшную полость.

2. Менструация. У части женщин геморрой может обостряться до менструации из-за притока большего количества крови к органам малого таза, что также повышает давление. Поэтому во время менструации прекрасному полу настоятельно рекомендуется не выполнять тяжёлых физических упражнений, но лёгкая нагрузка пойдет им на пользу.
3. Наличие заболеваний мочеполовой системы.
4. Опухолевые образования в малом тазу.

б) у людей обоих полов:

1. Продукты питания с низким содержанием клетчатки. Пищевые волокна увеличивают объём и массу стула, а также размягчают его.
2. Напряжение при дефекации.
3. Хронический запор или диарея.
4. Продолжительное сидение на унитазе.
5. Ослабление опорных тканей в заднем проходе и прямой кишке при старении.
6. Семейный анамнез заболевания.
7. Ожирение. Чем больше вес, тем труднее двигаться.
8. Переохлаждение.
9. Тяжёлый физический труд.
10. Болезни сердечно-сосудистой системы.
11. Гиподинамия. Малоактивный образ жизни отрицательно сказывается на кровотоке, тоне мышц и сосудов.
12. Неправильное питание. Злоупотребление фастфудом, газированными напитками, крепким кофе, перекусы на ходу — всё это негативно сказывается как на кишечнике, так и на желудке.
13. Алкоголь и курение. Обе эти вредные привычки усиливают приток крови к органам малого таза и провоцируют её застой. Особенно опасны для кишечника лёгкие спиртные напитки — шампанское, пиво, коктейли.

Трое из четырёх взрослых время от времени страдают геморроем и, хотя существует несколько причин его возникновения, часто они остаются неизвестными.

## **Клинические проявления и первые признаки**

Признаки геморроя у женщин и мужчин сопряжены с кровотечением, но возможны и без него.

Ректальное кровотечение — наиболее частый симптом. Кровь обычно ярко-красного цвета и может капать, брызгать в унитаз или появляться в виде полос на туалетной бумаге.

Врач должен знать о количестве, цвете и времени любого ректального кровотечения. Более тёмная кровь или кровь в стуле, должны вызывать подозрение на более проксимальную причину её появления.

Боль, обусловленная геморроем, обычно возникает только при остром тромбозе, достигает максимума через 48-72 часа и начинает уменьшаться на 4 день.

Вновь возникшая анальная боль при отсутствии тромбированного геморроя должна побудить к исследованию альтернативной причины, такой как межфинктерный абсцесс или анальная трещина. До 20% пациентов с геморроем страдают сопутствующими анальными трещинами.

Признаки или симптомы этого заболевания могут также включать:

- ощущение дискомфорта, зуда или боли вокруг ануса;
- выпячивание кожи при дефекации;
- одну или несколько твёрдых шишек возле заднего прохода (тромбированной геморрой);
- припухлость возле ануса.

## Стадии и разновидности патологии

При обнаружении геморроя у женщин его лечение будет зависеть не только от симптомов, но и от вида заболевания. Если рассматривать течение этого заболевания, то можно выделить две формы:

1. Острый геморрой.
2. Хронический.

Существует 4 типа этого заболевания:

- внутренний;
- наружный;
- пролапсированный;
- тромбированный.

### Пролапсированный

Выпадение геморроя происходит, когда внутренние геморроидальные узлы набухают и выходят из анального отверстия.

Различают четыре степени выпадения (пролапса):

1. Его нет.
2. Оно существует, но само вправляется. Геморроидальные узлы могут выпадать только при давлении на анальную или ректальную область. Как пример, натуживание при дефекации, после которой они возвращаются в своё нормальное положение.
3. Пролапс. Человек сам может вправить узлы в исходное положение. Возможно, потребуются их обработка во избежание чрезмерной болезненности или инфицирования.
4. Выпадение. Геморроидальные узлы невозможно вправить из-за сильной боли. Их необходимо лечить для снижения

болевых ощущений, дискомфорта и дальнейших осложнений, в частности, тромбоза и некроза.

Выпадающие геморроидальные узлы выглядят как набухшие красные шишки или выпуклости за пределами ануса. Кроме выпячивания, они могут не иметь каких-либо других симптомов, или сопровождаются дискомфортом, болью, жжением или зудом. В некоторых случаях может потребоваться хирургическое вмешательство для удаления выпавших геморроидальных узлов, чтобы не допустить дальнейших осложнений.

## **Наружный**

Формируется возле анального отверстия и покрыт чувствительной кожей. Обычно он безболезненный, если не образуется тромб (тромбоз). При этом типе геморроя наблюдаются образовавшиеся геморроидальные узлы вокруг заднего прохода.

## **Тромбированный внешний**

Представляет собой болезненный отёк в анальных тканях, вызванный сгустком (или «тромбом») в одной или нескольких мелких венах анальной кожи.

Такое может случиться в случае сочетания длительного сидения и запора, но также возникает спонтанно без видимой причины.

Набухшие ткани довольно нежные и болезненные и часто имеют характерный синеватый цвет из-за лежащего под ними сгустка.

Хотя это очень болезненное состояние, оно не является серьёзным и проходит без специального лечения в течение нескольких дней или 1-2 недель. Никакой дополнительной специальной оценки или лечения не требуется.

В редких случаях, если тромбированный геморрой очень большой, врач может удалить часть сгустка под местной анестезией. Это называется «разрез и дренирование».

Однако эта область будет оставаться болезненной даже после такого лечения.

Неясно, помогает ли такая терапия хоть как-то.

При этом типе геморроя не наблюдается повышение температуры тела.

В случае отёка, боли и лихорадки следует заподозрить перианальный абсцесс.

## **Внутренний**

Внутренний геморрой симптомы у женщин:

1. Часто представляет собой небольшие набухшие вены в стенке анального канала. Но это могут быть большие провисающие вены, которые всё время выпирают из ануса.
2. Они могут быть болезненными, если выпячиваются и сжимаются анальными мышцами и очень болезненными, если кровоснабжение геморроидальных узлов прекращено.
3. При выпячивании внутреннего геморроя можно наблюдать слизь на туалетной бумаге или в стуле.

## **Диагностика**

Диагноз ставится путем сбора анамнеза и физикального обследования. В анамнезе заболевания основное внимание уделяется сопутствующим симптомам, включая запор, жёсткую дефекацию и напряжение во время посещения туалета.

Для выявления других причин ректального кровотечения, включая опухоли, воспалительные заболевания кишечника и желудочно-кишечное кровотечение, могут быть заданы и другие вопросы.

Физический осмотр проводится для подтверждения диагноза и включает ректальное обследование, при котором пальцем нащупывают аномальные уплотнения или образования.

Любопытно, что внутренний геморрой обычно не прощупывается. Ректальное обследование может быть отложено при сильной боли или отёке.

Кроме того, геморрой и запор могут быть связаны с анальными трещинами или трещинами на коже, окружающей задний проход. Связанные с этим боль и спазм делают ректальный осмотр очень неудобным.

Если медицинский работник обеспокоен тем, что симптомы, особенно ректальное кровотечение, не могут быть объяснены геморроем, может быть рассмотрена возможность проведения аноскопии.

При этой кабинетной процедуре для осмотра заднего прохода вводится трубка с подсветкой.

Для исследования слизистой оболочки прямой и нижней части толстой кишки может проводиться проктосигмоидоскопия. Эта процедура очень похожа на аноскопию, за исключением того, что врач использует проктоскоп.

Сигмоидоскопию или колоноскопию следует назначать, если есть опасения, что кровотечение возникает в других областях толстой кишки. Эти процедуры обычно выполняются гастроэнтерологом или хирургом.

В зависимости от ситуации могут быть назначены анализы крови. Если было сильное кровотечение, необходимо проверить уровень гемоглобина или красных кровяных телец.

## **Особенности терапии**

### **Диета и коррекция образа жизни**

Консервативное лечение геморроя первой линии состоит из диеты с высоким содержанием клетчатки (от 25 до 35 г) в день.

Наряду с достаточным количеством жидкости, пищевые волокна смягчают стул и облегчают его прохождение, уменьшая давление на геморрой.

Метаанализ 7 клинических испытаний с участием 378 пациентов с геморроем показал, что добавка клетчатки имеет устойчивое преимущество в облегчении симптомов и минимизации риска кровотечения примерно на 50%.

Продукты с высоким содержанием клетчатки включают брокколи, бобовые, пшеничные и овсяные отруби, цельнозерновые продукты и свежие фрукты.

Рекомендации врачей по коррекции образа жизни в рамках консервативного лечения и в качестве профилактической меры включают: регулярные физические упражнения, воздержание от напряжения при дефекации и чтения в туалете, а также отказ от лекарств, вызывающих запор или диарею.

### **Нюансы питания при беременности**



Существует много хороших способов включить в свой рацион больше клетчатки. К продуктам, богатым клетчаткой, относятся:

- фрукты, такие груши (особенно с кожурой), авокадо и ягоды;
- овощи, в частности брокколи, артишоки и брюссельская капуста;
- цельнозерновые — овсянка, коричневый рис, киноа и даже попкорн;
- бобовые, включая различные виды фасоли, чечевицы и зеленого горошка;
- орехи и семечки.

Беременным женщинам, которые уже страдают от геморроя, или же тем, у кого появились первые признаки этого заболевания рекомендуется:

сократить потребление продуктов с низким содержанием клетчатки, которые могут вызвать запор и в то же время усугубить геморрой;

ограничить потребление молочных продуктов, включая молоко, сыр и прочее;

избегать приём продуктов из рафинированной муки — белого хлеба, макаронных изделий, лапши и других;

исключить из рациона красное и обработанное мясо с низким содержанием клетчатки и высоким содержанием натрия;

не есть жареной, солёной и острой пищи, которая сделает геморрой более чувствительным и болезненным;

не пить кофеиносодержащие напитки и алкоголь, которые делают стул более жёстким, а также усиливают боль и дискомфорт.

## **Лекарственные средства**

Существует множество лекарств, которые могут применяться для лечения проявлений признаков и симптомов, в том числе и дискомфорта, связанного с геморроем.

Эти препараты не предназначены для излечения геморроя, поскольку их применяют для симптоматического лечения внутреннего геморроя как у женщин, так и у мужчин.

## **Препараты для местного применения**

В настоящее время производятся в форме геморроидальных свечей (суппозиториев), а также в виде мазей или кремов.

Их основная задача — быстро снять воспаление, улучшить кровообращение в прямой кишке, снизить перильстатику кишечника и оказать обезболивающее действие.

В их состав входят анестетики — бензокаин и новокаин, гепарин для профилактики тромбов, а также глюкокортикоиды для снятия воспаления.

## **Препараты для системного применения**

Основным действующим веществом в них являются венотоники, которые стимулируют сокращение гладкой мускулатуры сосудов, тем самым уменьшая отёк и воспаление. Принимаются курсом в 2-3 недели.

Ряд препаратов содержит сырьё из конского каштана с основным действующим веществом — эсцином, которое снижает вязкость крови и обладает противоотёчным действием.

## **Оперативные методики**

Лишь небольшому проценту людей с геморроем требуется операция. Однако, если другие процедуры не увенчались успехом, то хирургическое вмешательство становится неизбежным.

## **Наружная геморроидальная тромбэктомия**

При этой методике хирург удаляет излишки ткани, вызывающие кровотечение. Операция может проводиться под местной анестезией в сочетании с седацией, спинальной или общей анестезией.

Геморроидэктомия - наиболее эффективный и полный способ лечения тяжёлого или рецидивирующего геморроя.

Побочные эффекты этой операции включают боль, инфекции мочевыводящих путей и проблемы с опорожнением мочевого пузыря.

Эти осложнения возникают в основном после спинальной анестезии.

## **Геморроидопексия**

Её другое название — степлерная геморроидопексия. Эта процедура блокирует приток крови к геморроидальной ткани. Обычно она используется только при внутреннем геморрое у женщин и требует общей, регионарной или местной анестезии.

Сшивание с помощью скоб обычно вызывает меньше боли, чем геморроидэктомия, и позволяет вернуться к нормальной деятельности раньше.

Однако по сравнению с геморроидэктомией, наложение скоб связано с большим риском рецидива и выпадением прямой кишки, при котором часть прямой кишки выступает из анального отверстия.

Осложнения также могут включать кровотечение, задержку мочи и боль, а также, в редких случаях, опасную для жизни инфекцию крови (сепсис).

## Минимально инвазивные процедуры

При постоянном кровотечении или болезненном геморрое врач может порекомендовать одну из нескольких доступных минимально инвазивных процедур. Их можно проводить в кабинете врача, и они обычно не требуют анестезии.

К ним относятся:

1. Перевязка резинкой. Одна или две крошечные резинки накладываются вокруг основания внутреннего геморроя, чтобы заблокировать в него поступление крови. Геморрой засыхает и отпадает в течение недели. Эта процедура способна вызвать дискомфорт и кровотечение, которое может начаться через 2-4 дня, но оно редко бывает серьезным.
2. Инъекционный (склеротерапия). Химический раствор вводится в геморроидальную ткань для её уменьшения. Хотя инъекция вызывает незначительную боль или не вызывает её вовсе, она может быть менее эффективной, чем перевязка резинкой.
3. Коагуляция (инфракрасная, лазерная или биполярная). Методы коагуляции используют лазер, инфракрасный свет или тепло. Они вызывают затвердение и сморщивание мелких кровоточащих внутренних геморроидальных узлов. Коагуляция имеет мало побочных эффектов и обычно вызывает небольшой дискомфорт.

## Народные средства

Большинство таких средств направлены на облегчение боли и дискомфорта, в то время как организм естественным образом исцелит себя сам.

## **Лед и холодные компрессы для снятия воспаления**

Пакет со льдом или холодный компресс помогает при геморрое двумя способами:

- холод притупляет боль и облегчает зуд;
- низкая температура сжимает набухшие ткани, вызывая временное уменьшение геморроя и снимая воспаление.

Холодный компресс накладывается непосредственно на анальную область на 10 минут дважды в день или после длительного сидения.

## **Сидячая ванна**

Эффективным способом для облегчения боли, уменьшения зуда и раздражения может стать принятие теплой сидячей ванны в течение 20 минут после каждого опорожнения кишечника и дополнительно два или три раза в день.

## **Трава тысячелистника**

Травяной чай из тысячелистника способен оказывать расширяющее действие на вены, улучшая кровообращение и заживление, а также естественным образом облегчает отёки и боль при геморрое.

Его можно добавлять в тёплую сидячую ванну или использовать в качестве компресса, который прикладывается на воспалённый участок.

## **Лютик весенний**

После добавления измельченных листьев в небольшое количество масла-носителя, их необходимо поместить между слоями марли и

осторожно прижимать к геморроидальным узлам. Применение компресса способствует снятию боли и воспаления.

## **Банановая кожура и капустные листья**

Эти природные средства можно наносить непосредственно на геморрой или растерать с небольшим количеством гамамелиса или масла-носителя, например кокосового масла, затем поместить между чистыми слоями марли и осторожно прижимать к геморроидальным узлам. Они способствуют уменьшению боли и обладают противовоспалительным действием.

## **Осложнения**

Наиболее частые и серьёзные осложнения геморроя включают перианальный тромбоз и выпадение внутренних геморроидальных узлов с последующим тромбозом.

Для них характерна сильная боль в перианальной области, возможно, с кровотечением.

К другим потенциальным осложнениям можно отнести:

- тромбы при наружном геморрое, которые вызывают сильные боли и зуд;
- кожные метки — складки кожи, оставшиеся после растворения сгустка крови во внешнем геморрое;
- инфицирование язвы на наружном геморрое;
- ущемленный геморрой — когда мышцы вокруг ануса перекрывают кровоснабжение внутреннего геморроя, выпавшего через анальное отверстие;
- анемию.

## **Профилактика и прогноз**

Лучший способ предотвратить геморрой — поддерживать мягкий стул для лёгкого его прохождения по кишечнику.

Для профилактики геморроя и уменьшения симптомов необходимо:

1. Потреблять продукты с высоким содержанием клетчатки, к которым относятся: цельные злаки, фрукты и овощи. Они способствуют смягчению стула и увеличению его объёма. Это поможет избежать натуживания при дефекации.
2. Пить много жидкости — 6-8 стаканов воды для обеспечения мягкого стула.
3. Не тужиться при дефекации, при котором увеличивается давление в венах в нижней части прямой кишки.
4. Идти в туалет только при позыве на дефекацию.
5. Оставаться активными для профилактики запоров и снижения давления на вены, которое возникает при длительном стоянии или сидении.
6. Избегать длительного пребывания на унитазе, при котором увеличивается давление на вены в анусе.

После развития геморроя варианты его лечения в основном зависят от типа и степени тяжести геморроя, предпочтений пациента и опыта врачей.

Профилактические меры — изменение диеты и образа жизни — могут быть лучшим лечением геморроя.

Прогноз при геморрое благоприятный при условии своевременного обращения к врачу и принятия неотложных мер для его излечения.