

## Soulager une crise d'hémorroïdes pendant la grossesse ou l'allaitement



Les crises d'hémorroïdes sont fréquentes pendant la grossesse et peu après l'accouchement. Une alimentation riche en fibres et un lubrifiant local suffisent souvent. En cas de douleurs, le *paracétamol* est le premier choix.

### Une gêne fréquente pendant la grossesse

● Une crise d'hémorroïdes est une gêne provoquée par le gonflement anormal des veines de l'anus, plus fréquent pendant la grossesse et peu après l'accouchement. Elle provoque parfois des démangeaisons et des saignements qui se voient dans les selles ou à l'essuyage. Les douleurs sont parfois intenses. Les crises d'hémorroïdes disparaissent le plus souvent spontanément après l'accouchement.

● S'il s'agit d'une première crise, ou en cas de doute, un examen médical est recommandé.

### Lubrifiant local et conseils diététiques

● L'application d'un lubrifiant suffit parfois à soulager un inconfort, des démangeaisons ou une douleur. Mieux vaut utiliser un lubrifiant seul (*vaseline* ou gel aqueux), non associé à d'autres substances.

● Augmenter la quantité de fibres dans l'alimentation vise à lutter contre une constipation et à diminuer les saignements. Quand l'ajout, épisodique, d'un laxatif est envisagé, il est préférable de choisir des laxatifs osmotiques dits sucrés (*lactulose*, *sorbitol* par exemple) ou à base de fibres (*ispaghul* ou autres). Éviter les laxatifs stimulants (*séné*, *bourdaine*, *bisacodyl*, etc.).

● Les médicaments dits veinotoniques n'ont pas d'efficacité démontrée. Il est préférable de les éviter pendant la grossesse et l'allaitement, car leurs effets indésirables pour l'enfant sont mal connus.

### Antidouleur pendant la grossesse

● Quand un médicament antidouleur est nécessaire, le *paracétamol* est le meilleur choix pendant la grossesse et l'allaitement.

● Tous les anti-inflammatoires (y compris l'*ibuprofène*) ne doivent pas être utilisés durant la grossesse.

● En cas de douleur non soulagée justifiant un antidouleur opioïde, le recours à la *morphine* est envisageable. En cas de prise jusqu'à l'accouchement, les soignants doivent être prévenus pour que le nouveau-né soit surveillé attentivement.

### Antidouleur pendant l'allaitement

● Durant l'allaitement, en cas de soulagement insuffisant avec le *paracétamol*, la prise d'*ibuprofène* par la mère est sans danger particulier pour l'enfant.

● En cas de douleur justifiant l'utilisation d'un antidouleur opioïde (*codéine*, *morphine*, *tramadol*), il est prudent de suspendre l'allaitement maternel, tirer le lait pour entretenir la lactation et le jeter le temps du traitement.

### Chirurgie ou geste local rarement justifiés

● Un traitement chirurgical ou un traitement local tel qu'une ligature élastique, une sclérothérapie, est rarement justifié pendant la grossesse, sauf complication très douloureuse.

©Prescrire - décembre 2015

#### Sources :

- "Les antalgiques opioïdes dits faibles" *Rev Prescrire* 2015 ; **35** (385) : 831-838.
- "Affection hémorroïdaire pendant la grossesse et au décours de l'accouchement" *Rev Prescrire* 2009 ; **29** (311) : 679.