



OSTEOPATIA E EMORROIDI

IL BENEFICIO OSTEOPATICO

Le **emorroidi** sono un problema molto diffuso, che interessa circa il 40% della popolazione adulta.

Le emorroidi formano un **rigonfiamento** delle vene sulla **parete viscerale**; possono essere interne (presento dentro al canale anale) o esterne (visibili e riconoscibili al tatto).

Si tratta di piccoli cuscinetti vascolari che costituiscono l'intreccio di vasi sanguigni contribuenti al ricambio dei sangue. Nei casi di infiammazione, si ingrossano e provocano dolore. Sono dilatazioni di vene della parete del tratto terminale del retto e dell'ano. Le emorroidi si suddividono in interne ed esterne e la loro gravità si misura in 4 gradi che misurano la gravità e l'entità del prolasso dei rigonfiamenti. Quando le emorroidi sono di grado 3 o 4 solitamente si interviene con la chirurgia per rimuovere i dolorosi cuscinetti.

I **sintomi** caratterizzanti questo disturbo dolore, sanguinamento, difficoltà nella defecazione, edema, congestione, prurito, prolasso, perdite e fastidio anale.

Le **cause** risiedono in moltissimi fattori: è sicuramente una componente fondamentale l'alimentazione. Possiamo indicare come cause possibili di emorroidi anche la sedentarietà, gli sforzi eccessivi, la stazione eretta prolungata, la stitichezza o stipsi, il

forte stress. Anche l'età avanzata con il conseguente rilasciamento dei tessuti è ritenuta responsabile dell'insorgere delle emorroidi.

Statistiche emorroidi: le emorroidi sono molto comuni. Si stima che circa il 50% di tutti gli europei di età superiore ai 50 anni abbia emorroidi. Solo un piccolo numero di persone riceve un trattamento medico (mezzo milione all'anno!) Il 10-20% richiede un intervento chirurgico.

Considerazioni fisiologiche delle emorroidi:

Cosa sono le emorroidi? Un'emorroide è definita nella letteratura medica come dilatazioni varicose delle vene del plesso emorroidario superiore o inferiore. (*Dorland's Medical Dictionary, 24th ed.*)

Le emorroidi sono sviluppi simili a sacchi pieni di linfa e vasi sanguigni e si trovano sempre in congiunzione con i due anelli del tessuto muscolare dello sfintere che proteggono l'apertura del retto verso l'esterno. Le sacche estrudono spesso dall'ano che può essere molto doloroso. Talvolta le emorroidi si trovano più in alto nel canale e rimangono all'interno. Spesso sanguinano, soprattutto quando il rivestimento dell'orifizio anale è irritato e assottigliato. Le emorroidi a volte sanguinano nel sacco e causano una trombosi emorroidaria che è il più fastidioso di tutti i tipi di emorroidi.

Le emorroidi non sono altro che vene varicose dell'ano e del retto. Evita di stare seduto sul water troppo a lungo perché questo potrebbe aggravare il problema (quindi non leggere sul water. Entra, fai affari e scendi.) Sia la stitichezza che la diarrea possono causare lo sviluppo di emorroidi. Anche sforzarsi per far passare il gas può irritare e causare gonfiore e infiammazione associati a emorroidi dolorose. Le emorroidi esterne sono di colore bluastro-rosso ciliegia. Le emorroidi esterne compaiono all'esterno del retto. Le emorroidi interne si trovano all'interno dell'area rettale. Le emorroidi interne causano dolore intenso e sono spesso associate a sanguinamento che è di colore rosso vivo e può essere visto all'esterno del materiale fecale.

Segni e sintomi di emorroidi:

- Sangue durante i movimenti intestinali
- Sangue rettale dopo il movimento di viscere
- Sangue rosso vivo trovato nelle feci
- Lieve bruciore durante il movimento intestinale
- Protrusione nel corso dei movimenti intestinali
- Prurito nella zona anale
- Dolore durante i movimenti intestinali
- Noduli sensibili o dolorosi sull'ano

Le emorroidi possono essere classificate in una delle quattro categorie chiamate gradi:

- **Categoria 1** - Il sangue è il sintomo principale (senza prolasso anale).
- **Categoria 2** - Prolasso durante il movimento intestinale, ma si ritraggono all'interno dell'ano dopo il movimento intestinale.
- **Categoria 3** - Dopo che una emorroide sporge, non ritorna dentro senza spingerla fisicamente dentro.
- **Categoria 4** - Un emorroidi è sempre sporgente fuori dall'ano anche senza movimento intestinale.

Secondo la **visione osteopatica**, le emorroidi rientrano in quella sfera di problematiche che riguardano il sistema vascolare. Proprio per la visione unitaria e olistica tipica dell'osteopatia, un'attenta osservazione porta a includere tra le possibili cause anche lo schiacciamento anomalo di vasi sanguigni collegati con la Vena Porta, quella vena che raccoglie tutto il sangue che si dirige verso l'intestino, passando per il fegato, organo depuratore. In questa visione le emorroidi sono la manifestazione finale e terminale di un problema più lontano. Nel caso in cui una vena affluente alla porta sia schiacciata o soggetta a restringimento atipico e anomalo, tutta la circolazione nel tratto interessato viene rallentata e si verifica la possibilità di depositazioni periferiche (per esempio nel canale anale) e quindi la predisposizione ad infiammazioni, come le emorroidi.

Si consiglia sempre in caso di emorroidi, di condurre una vita sana ed equilibrata, stando attenti ad assumere una giusta quantità di fibre alimentari attraverso la propria dieta, evitando vizi come fumo o alcool, eludendo sforzi eccessivi, prendendosi cura della propria igiene intima accuratamente e preferendo biancheria di cotone (materiale traspirante).

Altra considerazione di natura osteopatica è quella della **posizione** durante la defecazione. Secondo norme biomeccaniche che governano l'organismo e il corpo umano, una posizione accovacciata, quella tipica dei bagni alla turca, favorisce una defecazione più semplice e spedita, in quanto in tale postura il sistema degli sfinteri è completamente aperto e pronto al passaggio delle feci. Anche la scorretta abitudine di defecare in posizione innaturale, formando un angolo retto tra arti inferiori e busto, rientra nelle cause plausibili che portano all'insorgere delle emorroidi e rimane comunque una routine che non favorisce la guarigione.

Una volta individuate le cause, l'osteopatia va a curare la persona e non i semplici sintomi che si presentano, manipolando le zone interessate secondo i dettami della pratica osteopatica.