

RECTOPHOBIE Peur des maladies du rectum

PROBLÈMES ANAUX : SURMONTER LA PEUR DE CONSULTER

Douleurs, saignements ou démangeaisons au niveau de l'anus sont très fréquents, pourtant la plupart des personnes attendent des mois, voire des années, avant de consulter.

En quelques années, l'intestin, désormais élevé au rang de «deuxième cerveau», est devenu très tendance. En attestent les ventes phénoménales de l'ouvrage *Le Charme discret de l'intestin*, de l'Allemande Giulia Enders, édité dans une trentaine de pays. Dans la foulée, la flore intestinale, appelée désormais microbiote, est elle aussi sortie de l'ombre, et prendre soin de ses bactéries intestinales fait aujourd'hui partie d'une bonne hygiène de vie. Mais cette fascination pour notre tube digestif a tout de même une limite, son ultime structure anatomique: l'anus. Le mot semble encore tabou et ceux qui souffrent d'une quelconque affection de cette zone préfèrent souvent souffrir en silence plutôt que d'en parler. Or, la plupart des symptômes ont un impact sur la qualité de vie, mais peuvent être soulagés.

Hémorroïdes, la réponse (trop) universelle

Douleurs, saignements, démangeaisons anales: le premier réflexe est souvent de penser à des hémorroïdes. Ces structures vasculaires situées dans la paroi du rectum sont présentes chez tout le monde, mais peuvent dans certaines circonstances devenir gênantes. Elles peuvent être le siège de thrombose, générant des crises aiguës particulièrement douloureuses, ou grossir puis glisser vers l'anus, voire en sortir. On parle alors d'hémorroïdes externes. Les maladies hémorroïdaires sont fréquentes, 30% de la population serait concernée, et même une femme sur deux après un accouchement. «Invoquer une maladie hémorroïdaire est une chose, mais encore faut-il consulter pour s'assurer qu'il s'agit bien de cela, prévient le Dr Karel Skala, chirurgien spécialisé en proctologie. D'une part, les symptômes peuvent cacher quelque chose de plus grave, et d'autre part, l'auto-médication n'est pas toujours la meilleure solution. Selon les cas, une intervention légère peut apporter un soulagement à bien plus long terme que les traitements locaux.»

Un saignement qui perdure chez un patient de plus de 50 ans doit systématiquement conduire à consulter, afin d'écartier d'autres pathologies, en particulier un cancer du canal anal (*lire encadré*). Mais les problèmes hémorroïdaires ne sont pas une question d'âge: les adolescents peuvent aussi être touchés. Le manga *Anus Beauté* a d'ailleurs largement contribué à faire connaître, et dédramatiser, la maladie parmi les plus jeunes.

Le cercle vicieux du prurit

Les démangeaisons anales sont fréquentes et souvent auto-entretenu. «Les patients rapportent presque tous "profiter" d'être aux toilettes pour se gratter avec le papier hygiénique, parfois jusqu'à s'écorcher, tellement les démangeaisons sont intenses. Cela aggrave l'irritation et par conséquent le prurit, relève le Dr Skala. Si elles peuvent paraître triviales, ces démangeaisons ont un retentissement important sur la qualité de vie. Il ne faut donc pas attendre des mois – comme le font beaucoup de personnes – pour consulter.» Les causes du prurit anal sont variées et pas toujours évidentes à identifier, mais des traitements locaux peuvent suffire à réduire la gêne. Le recours à un vermifuge peut aussi résoudre le

problème. «On parle moins des parasitoses qu'avant, mais elles existent toujours, souligne Karel Skala. Les adultes sont contaminés par les enfants, qui se contaminent entre eux.»

L'incontinence passée sous silence

Parfois, c'est la fonction même de l'anus qui n'est plus efficiente. Le sphincter n'assurant plus son rôle, une incontinence fécale peut survenir. Un problème qui toucherait une femme sur dix à l'âge de la ménopause. Les lésions sont souvent consécutives aux accouchements par voie basse, mais ce sont les nombreuses modifications de la ménopause qui révèlent le problème. «C'est le tabou ultime, et les conséquences psychologiques sont énormes, constate Karel Skala. Les patientes vivent cela comme une régression, elles n'osent plus sortir de chez elles, se coupent de toute vie sociale.» Et pourtant des solutions existent. S'il n'est pas toujours possible de restaurer complètement la fonction du sphincter, il est rare de ne pas pouvoir améliorer la qualité de vie des patients. Dans certains cas, la neuromodulation (via un petit stimulateur électrique implanté dans la région sacrée), peut apporter de bons résultats. «Mais de simples lavements peuvent déjà permettre d'éviter les pertes incontrôlées, relève le spécialiste. Le plus difficile c'est souvent d'oser en parler. Et si on vous répond "Ça arrive à votre âge", il ne faut pas hésiter à consulter un autre praticien!»

L'anus, l'autre cible des papillomavirus

Les papillomavirus humains (HPV), qui se transmettent lors de toute activité sexuelle (y compris sans pénétration et avec préservatif), sont aujourd'hui bien connus pour être une cause majeure de cancers du col de l'utérus. Mais ils peuvent aussi être responsables de cancers du canal anal, chez l'homme et la femme. Ce cancer reste peu fréquent dans la population générale, mais la méconnaissance qui l'entoure conduit encore trop souvent à un diagnostic tardif. «Il n'est malheureusement pas rare, chez des patients qui pensaient saigner à cause de simples hémorroïdes, de découvrir un cancer à un stade avancé, déplore le Dr Karel Skala, chirurgien spécialisé en proctologie. Il est donc important de consulter et tout aussi important que les médecins de famille réfèrent leurs patients à un proctologue en cas de doute.» Ce cancer est de progression lente et les traitements entrepris à temps permettent aujourd'hui d'obtenir des taux de guérison élevés avec des effets secondaires réduits.

Le dépistage passe par un simple frottis qui permet, comme pour le col de l'utérus, de mettre en évidence les papillomavirus et d'éventuelles lésions pré-cancéreuses. «Nous réalisons un typage des HPV, car certains sont plus à risque de cancérisation que d'autres. Selon les résultats, on propose ensuite aux patients un suivi personnalisé. Et si besoin, nous procédons à une résection de la lésion. Ce geste nécessite une certaine expertise, mais s'il est bien réalisé, il n'a pas de conséquence sur la fonction et la sensibilité de l'anus.»

Le risque de cancer du canal anal est augmenté dans certaines populations, en particulier chez les personnes présentant une immunosuppression, qui élimineront moins facilement les HPV. «Cela concerne principalement les personnes greffées et séropositives, en particulier les femmes et les hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes (HSH). Mais aujourd'hui de nombreux patients avec des maladies inflammatoires chroniques reçoivent aussi des traitements (méthotrexate, anti-TNF, etc.) qui réduisent l'immunité. Ils devraient aussi faire l'objet d'un suivi», estime le chirurgien. Enfin, les femmes chez qui une atteinte

sévère liée au HPV a été détectée sur le col de l'utérus devraient réaliser un frottis anal, ce qui est encore rarement proposé par les gynécologues. Il existe aujourd'hui un vaccin contre les infections à HPV. Gratuit en Suisse pour les jeunes filles et les garçons, il réduit de manière drastique le risque de cancer du col et du canal anal.

<https://www.planetesante.ch/Magazine/Sante-au-quotidien/Hemorroides/Problemes-anaux-surmonter-la-peur-de-consulter>