Memorial Sloan Kettering Cancer Center

INFORMACION EDUKUES PËR PACIENTËT DHE KUJDESTARËT

Informacion mbi çarjet anale

Ky informacion shpjegon shkaqet, simptomat dhe trajtimin e çarjeve anale.

Çarjet anale

Çarja anale është një çarje e vogël ose çarje në mukozën e kanalit anal. Kanali anal është kalimi i shkurtër që lidh rektumin (seksionin e fundit të zorrës së trashë) me anusin (shih Figurën 1).

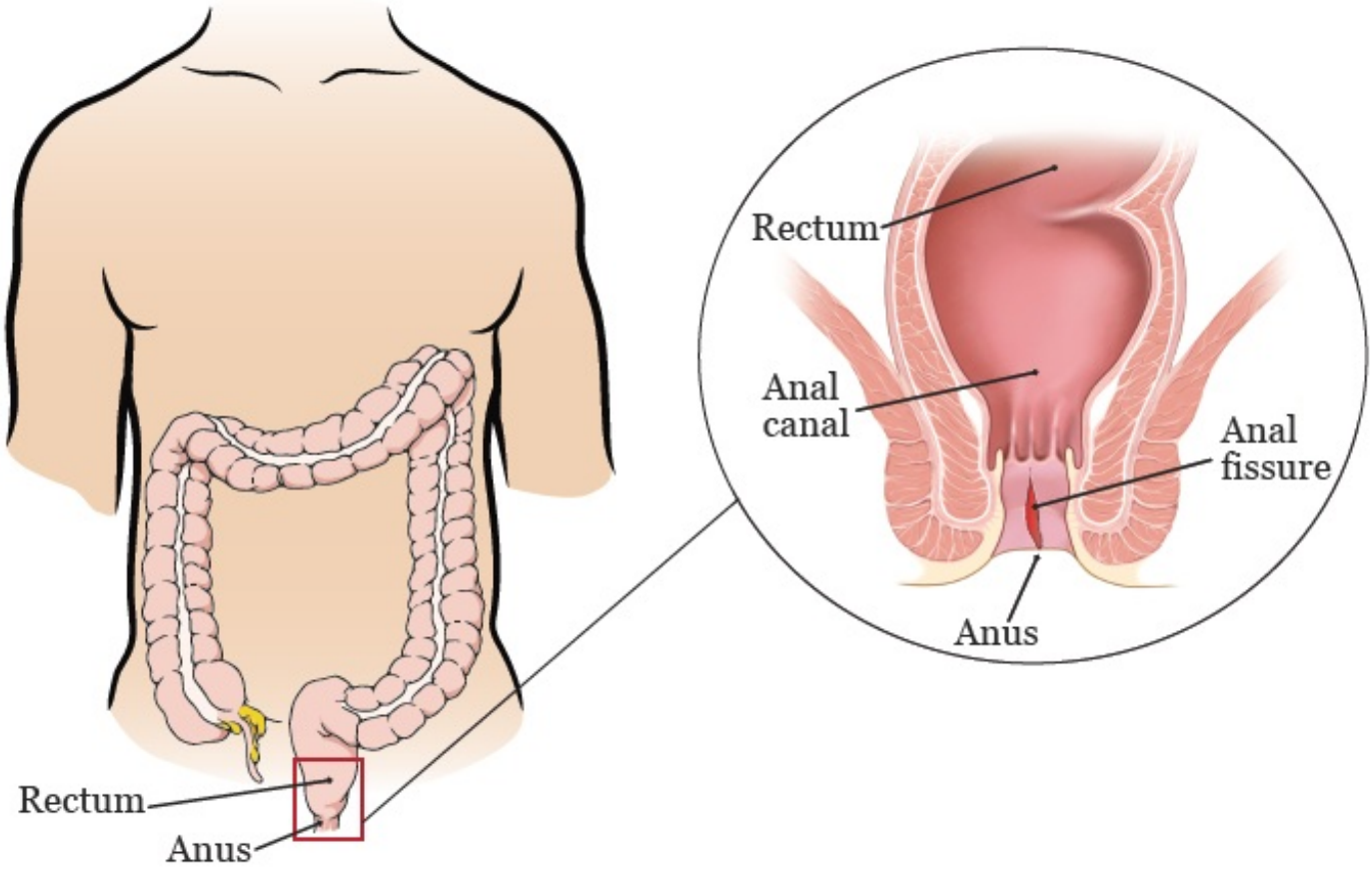


Figura 1. Çarje anale

Çarjet anale mund ta bëjnë jashtëqitjen shumë të dhimbshme. Dhimbja mund t'i vështirësojë lëvizjet e zorrëve, duke çuar në kapsllëk (më pak lëvizje të zorrëve se zakonisht). Ato gjithashtu mund të shkaktojnë gjakderdhje nga anusi.

Çarjet anale nuk shkaktojnë kancer të zorrës së trashë, e as nuk e rrisin rrezikun për zhvillimin e tij.

Shkaqet e çarjeve anale

Shkaku më i zakonshëm i çarjeve anale është një dëmtim i mbështjelljes së anusit. Kjo mund t'ju ndodhë ju:

- Prania e një sasie të madhe jashtëqitjeje (feçesh)
- Jashtëqitje e fortë dhe e thatë
- Të kesh diarre (jashtëqitje të hollë ose ujore)
- Të jesh kaps.
- Sforcimi ose ushtrimi i presionit gjatë jashtëqitjes
- Lindja
- Kryerja e marrëdhënieve seksuale

Një çarje anale mund të shfaqet gjithashtu në rastet e infeksionit anal ose të tumorit anal. Këto janë më pak të zakonshme.

Simptomat e çarjeve anale

Çarjet anale mund të shkaktojnë:

- Dhimbje e mprehtë, therëse gjatë jashtëqitjes. Kjo dhimbje mund të zgjasë nga disa minuta deri në disa orë pas jashtëqitjes. Gjithashtu, mund të përjetoni një ndjesi prerjeje ose çarje gjatë jashtëqitjes.
    - Dhimbja mund t'ju bëjë të përmbaheni nga kryerja e jashtëqitjes, duke shkaktuar kapsllëk.
        - Kjo mund ta bëjë jashtëqitjen më të vështirë, gjë që nga ana tjetër mund ta përkeqësojë një çarje anale.
    - Dhimbja mund të shkaktojë gjithashtu spazma në muskujt që rrethojnë kanalin anal.
        - Kjo spazmë pengon shërimin e çarjes anale dhe shkakton shtim të

dhimbjes. Ky fenomen njihet si “cikli i të çarave”.

- Gjak i kuq i ndritshëm në jashtëqitje ose në letrën higjienike pas jashtëqitjes.
- Një lyth lëkure (një rritje e vogël në lëkurë) pranë çarjes anale. Ky rrezik është më i lartë nëse vuani nga çarje anale kronike (çarje anale që zgjasin më shumë se 8 javë).

Trajtimi i çarjeve anale

Ja disa mënyra për të trajtuar një çarje anale vetë:

- Ndiqni një dietë të pasur me fibra ose merrni suplemente me fibra (si psyllium husk, Benefiber)®, dhe Metamucil®) për ta bërë jashtëqitjen më të butë. Për informacione të mëtejshme, konsultoni udhëzuesin tonë *Udhëzues për ushqimet me fibra të larta* (www.mskcc.org/sq/cancer-care/patient-education/high-fiber-foods).
- Pini 8 gota (nga 8 ons secila) ujë në ditë për të ndihmuar në parandalimin e kapsllëkut.
- Bëni banja të ngrohta ndenjëse për 10–20 minuta, disa herë në ditë dhe pas çdo defekimi. Banja e ndenjur është një banjë e cekët, me ujë të vakët, që përdoret për të pastruar zonën anale.
    - Mund të përdorni vaskën tuaj, ose të blini në farmaci një legen plastik për banjë ndenjëse, i cili përshtatet mbi tualet.

Ka gjithashtu barna që mund t’i merrni për të trajtuar çarjet anale. Mjeku juaj do t’ju shpjegojë përfitimet dhe efektet anësore të këtyre barnave. Këto barna përfshijnë, për shembull:

- Përdorni laksativë ose zbutës të jashtëqitjes (medikamente që lehtësojnë zbrazjen e zorrëve), siç është dokusati i natriumit. (Colace®) ose Senë (Senokot®), për ta bërë jashtëqitjen më të butë. Nëse është e nevojshme, mjeku juaj do t’ju shpjegojë se si ta merrni këtë bar.
- Aplikoni një anestetik lokal (një medikament anestetik që aplikohet në lëkurë), siç është lidokaina, rreth anusit për të lehtësuar dhimbjen.
- Aplikoni një bar për të relaksuar muskujt që rrethojnë kanalin anal. Relaksimi i

muskujve që rrethojnë kanalin anal mund të ndihmojë në uljen e presionit, lehtësimin e dhimbjes dhe lehtësimin e lëvizjeve të zorrëve.

- Mjeku juaj do të përshkruajë një nga këto barna – siç janë diltiazemi për përdorim lokal ose pomada me nitroglicerinë – dhe do t'ju shpjegojë se si ta aplikoni atë. Sigurohuni që të mbani doreza njëpërdorimëshe kur aplikoni këto medikamente.

Nëse këto opsione terapeutike nuk japin rezultate në trajtimin e çarjes suaj anale, mjeku juaj mund të rekomandojë trajtime të tjera, siç është ndërhyrja kirurgjikale. Mjeku juaj do t'ju japë informacione të mëtejshme nëse ka opsione të tjera terapeutike në dispozicion për rastin tuaj.

Parandalimi i çarjeve anale

Çarjet anale mund të parandalohen duke shmangur kapsllëkun dhe diarrenë. Për informacione të mëtejshme se si të veproni, konsultoni burimet tona. *How to Manage Constipation* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/constipation) dhe *Managing Diarrhea* (www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/diarrhea).

Është gjithashtu e mundur të parandalohen çarjet anale duke ndjekur një dietë të shëndetshme. Për më shumë informacion mbi mënyrën e ndjekjes së një diete të shëndetshme për të parandaluar çarjet anale, ju lutemi telefononi Shërbimet e Ushqyerjes MSK në 212 639 7312.

Çarjet anale dhe kancer i zorrës së trashë

Personat me kancer të zorrës së trashë mund të zhvillojnë çarje anale, por këto nuk shkaktojnë kancer të zorrës së trashë dhe as nuk e rrisin rrezikun për zhvillimin e tij.

Edhe nëse një çarje anale shërohet plotësisht, ajo mund të rishfaqet pas një jashtëqitjeje të vështirë. Kjo nuk do të thotë se keni kancer të zorrës së trashë.

Nëse çarja anale nuk përmirësohet me trajtim ose rishfaqet, kontaktoni mjekun tuaj.

Nëse keni pyetje ose shqetësime, kontaktoni ofruesin e kujdesit shëndetësor. Një pjesëtar i kujdesit shëndetësor do t'ju përgjigjet nga e hëna në të premte nga 9 e mëngjesit deri në 5 e pasdites Jashtë këtyre orareve, mund të lini një mesazh ose mund të flisni me një ofrues tjetër të MSK. Në telefon do të ketë gjithnjë një mjek ose infermier. Nëse nuk jeni të sigurt si të kontaktoni ofruesin e kujdesit shëndetësor, telefononi 212-639-2000.

Për më shumë informacione, vizitoni www.mskcc.org/pe për të kërkuar në bibliotekën tonë virtuale.

Të gjitha të drejtat zotërohen dhe rezervohen nga Memorial Sloan Kettering Cancer Center