



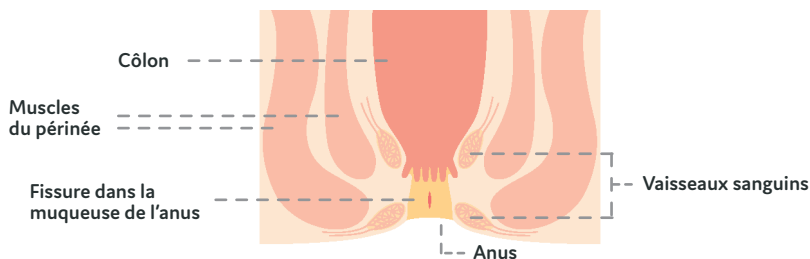
S E R V I C E D E  
GASTROENTÉROLOGIE  
du CIUSSS de l'Estrie – CHUS

# FISSURES ANALES

Traitements et conseils

## QU'EST-CE QU'UNE FISSURE ANALE?

Une fissure anale est un ulcère ou une déchirure linéaire et douloureuse au niveau de l'anus. Il s'agit d'un problème courant qui peut entraîner une douleur vive au moment d'évacuer les selles ou après. La majorité des fissures (90 %) se situent en bordure arrière de l'anus. Elles sont souvent causées par un sphincter anal (muscle autour de l'anus) qui ne se relâche pas bien. Les fissures situées à l'avant de l'anus, quant à elles, peuvent être associées à une déchirure lors d'un accouchement, à une épisiotomie, à une hernie rectale ou à un trouble du sphincter anal extérieur. Le diagnostic de fissures anales repose principalement sur l'examen physique de votre anus.



## COMMENT TRAITER LES FISSURES ANALES?

Le traitement consiste à réduire le spasme musculaire entraîné par la blessure et la trop grande contraction du sphincter anal à l'origine de la fissure. En relâchant la tension du sphincter (le spasme), le flot sanguin se rétablit et permet une meilleure guérison.

Vous pouvez aider la guérison d'une fissure en suivant ces conseils :

- Évitez de gratter ou de frotter. Nettoyez soigneusement et doucement avec de l'eau, et épongez la peau après chaque selle. Des bains de siège peuvent être utiles pour atténuer les symptômes (trempers les fesses dans l'eau tiède au moins deux fois par jour et après les selles).
- Modifiez votre alimentation. Suivre une diète riche en fibres peut aider à normaliser la consistance des selles. Le traitement de la constipation (ou de la diarrhée, dans certains cas) demeure primordial.

- Traitez votre constipation en prenant des laxatifs et en suivant une diète riche en fibres. Vous éviterez ainsi de forcer pour évacuer vos selles, ce qui permettra à la fissure de guérir. Parlez à votre médecin, à votre pharmacien ou votre pharmacienne afin d'obtenir de l'aide. Vous pouvez également consulter la brochure portant sur la constipation disponible en ligne : [santeestrie.qc.ca/soins-services/theme/maladies-chroniques](http://santeestrie.qc.ca/soins-services/theme/maladies-chroniques).
- Votre médecin pourrait vous proposer un traitement médical qui aide à relâcher le sphincter anal, par exemple des crèmes topiques comme les nitrates (0,1 à 0,2% de nitroglycérine) et les bloqueurs des canaux calciques (diltiazem 2% ou nifédipine 0,5%). Il est important de les appliquer 2 fois par jour en massant la région de l'anus pour faire pénétrer la crème. Utilisez-la jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de symptômes (jusqu'à 12 semaines). Combinez l'application de cette crème au traitement de la constipation afin d'augmenter vos chances de guérison.
- Si l'application de la crème ne donne pas de résultats satisfaisants, l'injection de toxine botulique est une autre option. Votre médecin vous référera à un chirurgien ou une chirurgienne colorectal.
- Votre médecin pourrait vous suggérer des traitements de rééducation périnéale pour corriger le mouvement de détente de l'anus. En attendant, utilisez un banc sous les pieds lors de l'évacuation des selles afin de favoriser une relâche passive du muscle et ainsi, faciliter l'évacuation des selles.

### Mauvaise position

Position assise avec genoux à 90° ou plus



Défécation forcée (pousser pour évacuer)



*Rectum vu de profil*

muscle pubo-rectal sous tension

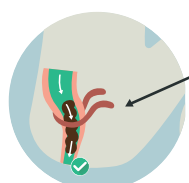
Selles emprisonnées dans le rectum

### Bonne position

Position accroupie avec genoux à 30°



Défécation détendue



*Rectum vu de profil*

muscle pubo-rectal détendu

Évacuation facile des selles

Si les différents traitements énumérés dans ce document ne parviennent pas à résoudre la problématique, des options chirurgicales existent. Discutez-en avec votre médecin.

**Élaboration du contenu :**

Dre Marie-Pier Bachand, gastroentérologue

**Révision du contenu :**

Dre Laurence Guay, gastroentérologue

**Révision linguistique et mise en page :**

Service des communications et des relations médias  
Présidence-direction générale

© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux  
de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2024

**Août 2024**

4-6-12207 (version française) | 4-6-12208 (version anglaise)

[santeestrie.qc.ca](http://santeestrie.qc.ca)

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Estrie – Centre  
hospitalier universitaire  
de Sherbrooke

Québec 