

Incontinència fecal

La incontinència fecal és la manca de control de l'evacuació o l'escapament involuntari de femta sòlida, líquida o gasos. És més freqüent en les dones i el risc de patir-la augmenta amb l'edat.

Quins tipus hi ha?

S'inclouen: incontinència a gasos, incontinència a femta líquida, incontinència de femta sòlida, la urgència defecatòria que és la necessitat imperiosa de deixar el què s'està fent i haver de córrer al lavabo, i el tacat de la roba interior en petita quantitat.

Quines poden ser les causes?

La incontinència fecal pot ser deguda a moltes causes. La causa més freqüent són els parts, sobretot si són instrumentats (fòrceps o ventoses). Altres causes inclouen: cirurgies anals, cirurgies de l'intestí (especialment la cirurgia del recte), radioteràpia pelviana i alguns trastorns neurològics com les malalties medul·lars, l'esclerosi múltiple, entre d'altres, així com trastorns congènits anals. En molts casos és per diversos factors alhora: com els parts, cirurgia pelviana, obesitat, tos crònica, diabetis, un elevat consum d'alcohol, la malaltia inflamatòria intestinal, alguns fàrmacs, les diarrees i el colon irritable, entre d'altres.

Quins tractaments hi ha?

1. Canvis en la dieta

Alguns canvis senzills en l'alimentació poden millorar la consistència de la femta i afavorir el control. Els aliments rics en fibra o els suplementes dietètics o farmacològics amb fibra, com la metilcel·lulosa, augmenten el volum de la femta i poden ajudar a frenar la incontinència.

Alguns aliments la poden empitjorar, com els picants, els greixos, els fregits, les begudes amb cafeïna, l'alcohol i els edulcorants artificials.



2. Tractaments farmacològics

És important revisar la medicació que es pren per altres problemes de salut perquè alguns fàrmacs poden causar descomposició i facilitar la incontinència. En canvi, els fàrmacs que restreixen poden ajudar a disminuir la incontinència.

3. Lavatives, irrigacions transanals i taps anals

L'ús de lavatives per buidar l'intestí i els taps anals poden ajudar a les persones amb incontinència fecal a organitzar millor la seva vida i evitar escapaments inesperats. Les irrigacions transanals poden deixar el budell net per unes hores o dies.

4. Exercicis de rehabilitació

Existeix un gran ventall d'exercicis que poden millorar la força dels músculs de la pelvis. En ocasions es complementen amb electroestimulació o amb sessions on la pacient visualitza en una pantalla les contraccions que fa per augmentar-ne l'eficàcia.

5. Tractaments quirúrgics

Quan fracassen totes aquestes mesures, hi ha alternatives quirúrgiques. Algunes són relativament senzilles i d'altres són reconstruccions quirúrgiques més complexes.

Cal sempre individualitzar el tractament i prendre decisions compartides amb la persona amb incontinència fecal.