

10 unglaubliche ayurvedische Hausmittel gegen Hämorrhoiden bei Frauen

Fühlen Sie sich oft von Verstopfungen geplagt? Ignorieren Sie es nicht, denn chronische Verstopfung kann zu Hämorrhoiden führen. Wenn Ihr Anus geschwollen ist oder Sie einen schmerzhaften Knoten um den Anus herum haben, dann leiden Sie bereits an Hämorrhoiden. Hier sind einige Hausmittel gegen Hämorrhoiden, die Sie ausprobieren können. In einem exklusiven Gespräch klärte Dr. Chaitali Deshmukh, Ayurveda-Beraterin, über die Ursachen von Hämorrhoiden bei Frauen auf und wie sie im Ayurveda behandelt werden. Was sind Hämorrhoiden? Hämorrhoiden sind Verklumpungen erweiterter Blutgefäße im unteren Rektum. Der Dickdarm endet im Anus, nachdem er den Enddarm passiert hat. Der Anus ist der Endpunkt …



Fühlen Sie sich oft von Verstopfungen geplagt? Ignorieren Sie es nicht, denn chronische Verstopfung kann zu Hämorrhoiden

führen. Wenn Ihr Anus geschwollen ist oder Sie einen schmerzhaften Knoten um den Anus herum haben, dann leiden Sie bereits an Hämorrhoiden. Hier sind einige Hausmittel gegen Hämorrhoiden, die Sie ausprobieren können.

In einem exklusiven Gespräch klärte Dr. Chaitali Deshmukh, Ayurveda-Beraterin, über die Ursachen von Hämorrhoiden bei Frauen auf und wie sie im Ayurveda behandelt werden.

Was sind Hämorrhoiden?

Hämorrhoiden sind Verklumpungen erweiterter Blutgefäße im unteren Rektum. Der Dickdarm endet im Anus, nachdem er den Enddarm passiert hat. Der Anus ist der Endpunkt des Verdauungstrakts und der Ausgang für die Ausscheidungen des Körpers. Wenn sich das Hämorrhoidalgewebe entzündet, entstehen Hämorrhoiden, denn Hämorrhoiden sind ein Gewebepolster, das aus Blutgefäßen und elastischen Fasern besteht. Meistens führt Verstopfung dazu, dass die Venen wachsen und ihre Wände dünn, angespannt und gereizt werden, was zur Bildung von Hämorrhoiden führt. Chronische Verstopfung ist eine der Hauptursachen für Hämorrhoiden.

Symptome von Hämorrhoiden

- Ihr Anus kann wund, rot und geschwollen sein.
- Um den Anus herum kann ein harter, möglicherweise schmerzhafter Klumpen zu spüren sein.
- Ein Klumpen, der nach dem Toilettengang in den Anus zurückgeschoben werden kann, aber nicht muss.
- Eine Person mit Hämorrhoiden kann nach dem Stuhlgang einen erneuten Harndrang verspüren, weil der Dickdarm nicht leer ist.
- Die Schmerzen können länger andauern, manchmal den ganzen Tag, und sie können sowohl vor als auch nach dem Stuhlgang auftreten.

Ursachen von Hämorrhoiden oder Hämorrhoiden

- Verdauungsstörungen
- Chronische Verstopfung
- Stress
- Ständiges Sitzen
- Ballaststoffarme Ernährung
- Schweres Gewichtheben

Ayurvedische Hausmittel gegen Hämorrhoiden

Amaltas

Amaltas-Samen besitzen kathartische Eigenschaften. Amaltas-Blätter können erfolgreich Schwellungen, Unbehagen und Hautreizungen lindern.

Haritaki

Haritaki hat eine antibakterielle und entzündungshemmende Wirkung. Die Paste hilft, das Risiko von Hautinfektionen, Entzündungen und Ödemen zu verringern. Tragen Sie die Paste 2-3 Mal täglich auf.

Aloe-Vera

Sie wirkt abführend, verjüngend, entspannend, heilend, antibakteriell und entzündungshemmend und lindert Probleme im Verdauungstrakt. Aufgrund seiner entzündungshemmenden Eigenschaften kann es helfen, Reizbarkeit zu verringern und Brennen, Juckreiz und Schwellungen zu lindern.

Daruharidra

Es beschleunigt die Heilung von Wunden. Diese Pflanze wird

äußerlich angewendet, um Schmerzen und Entzündungen zu lindern. Die Früchte dieses Krauts helfen dabei, das Verdauungsfeuer zu entfachen und krampfartige Beschwerden zu behandeln.

Jimikand

Bei Verstopfung und anderen Beschwerden sorgt es für einen normalen Stuhlgang und bringt das Verdauungssystem ins Gleichgewicht. Es wirkt nicht nur abführend, sondern auch entzündungshemmend.

Rizinusöl

Rizinusöl hat eine antibakterielle, entzündungshemmende und pilzhemmende Wirkung. Die Größe der Hämorrhoiden wird dadurch verringert.

Wasser

Der menschliche Körper besteht zu 70 Prozent aus Wasser. Eine Person sollte ihren Körper hydratisieren, wenn sie verschiedene Probleme loswerden möchte. Außerdem hilft Wasser bei der Ausscheidung von Fäkalien aus dem Körper und führt zusätzliche Wärme in Form von Schweiß aus dem Körper ab.

Sitzbad

Warme Bäder oder Sitzbäder sind wohltuend. Tauchen Sie den Analbereich bei einem Sitzbad in eine Wanne mit warmem Wasser, lassen Sie ihn etwa 10-15 Minuten darin liegen und tupfen Sie ihn dann vorsichtig trocken. Für bessere Ergebnisse kann man nach Rücksprache mit ayurvedischen Spezialisten Heilkräuter in Pulverform zu sich nehmen. Verwenden Sie es zwei- bis dreimal täglich, besonders nach dem Toilettengang. Es kann die Sauberkeit verbessern und Beschwerden und Entzündungen lindern, die durch Hämorrhoiden hervorgerufen werden.

Kokosnussöl

Kokosnussöl kann äußerlich aufgetragen oder oral eingenommen werden. Beide Methoden können Ihr Problem lösen. Aufgrund seiner feuchtigkeitsspendenden Eigenschaften hilft es auch bei der Linderung von Juckreiz.

Nehmen Sie viele Ballaststoffe zu sich

Essen Sie ballaststoffreiches Obst, Gemüse, Vollkornprodukte, braunen Reis und Nüsse auf Ihrem Teller. Ihr Stuhl wird dadurch weicher und kann leichter passieren.

Verwenden Sie keine rauen Toilettenpapiere

Verwenden Sie Feuchttücher oder feuchtes Toilettenpapier, das frei von Parfüm und Alkohol ist.

Folgende Artikel können

Folgende Artikel können Ihnen ebenfalls weiterhelfen, da sie das gleiche Thema aus einem anderen Licht betrachten:

Themenverwandte Artikel:

[fu_postlist search='stuff' maxposts=10
search="Hämorrhoiden"]

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki