



Die besten und schlechtesten Hausmittel gegen Hämorrhoiden

Haben Sie es satt, jedes Mal zur Apotheke zu rennen, wenn Sie etwas gegen Hämorrhoiden brauchen? Vielleicht sollten Sie stattdessen einige Hausmittel ausprobieren! Natürliche Heilmittel helfen nachweislich, die Hämorrhoiden zu verkleinern, aber informieren Sie sich, bevor Sie diese unangenehmen Gäste zu Hause behandeln.

„Machen Sie sich zunächst klar, dass Hämorrhoiden ein normaler Teil unserer Anatomie sind.

Normalerweise verursachen sie keine Schmerzen“, sagt der Kolorektalchirurg Jeremy Lipman, MD. Dr. Lipman sagt, dass jede Veränderung, die Sie im Bereich Ihres Anus bemerken, eine Untersuchung durch Ihren Arzt erforderlich macht, um sicherzustellen, dass nichts Ernstes vorliegt. Vor allem, wenn Sie Blut sehen. Wenn …



Haben Sie es satt, jedes Mal zur Apotheke zu rennen, wenn Sie etwas gegen Hämorrhoiden brauchen? Vielleicht sollten Sie

stattdessen einige Hausmittel ausprobieren! Natürliche Heilmittel helfen nachweislich, die Hämorrhoiden zu verkleinern, aber informieren Sie sich, bevor Sie diese unangenehmen Gäste zu Hause behandeln.

„Machen Sie sich zunächst klar, dass Hämorrhoiden ein normaler Teil unserer Anatomie sind. Normalerweise verursachen sie keine Schmerzen“, sagt der Kolorektalchirurg Jeremy Lipman, MD.

Dr. Lipman sagt, dass jede Veränderung, die Sie im Bereich Ihres Anus bemerken, eine Untersuchung durch Ihren Arzt erforderlich macht, um sicherzustellen, dass nichts Ernstes vorliegt. Vor allem, wenn Sie Blut sehen.

Wenn Sie sicher sind, dass die Symptome von Hämorrhoiden herrühren, gibt es viele Möglichkeiten, sie zu verkleinern. Einige funktionieren gut, andere sind schädlich.

Die besten Hausmittel gegen Hämorrhoiden

Bevor Sie Hausmittel ausprobieren, ist eine korrekte Diagnose entscheidend. „Es ist wichtig, dass Sie Ihren Arzt aufsuchen, wenn Sie Blutungen haben, besonders wenn Sie noch nie Hämorrhoiden hatten“, sagt Dr. Lipman.

Erst wenn die Diagnose feststeht, können Sie diese Hausmittel ausprobieren:

Sitzbäder

Im Allgemeinen empfehlen Experten Menschen mit schmerzhaften Hämorrhoiden, mehrmals täglich 15 Minuten lang in warmem Wasser zu sitzen – vor allem nach dem Stuhlgang.

„Dies ist eine der besten Behandlungen“, sagt Dr. Lipman. Ein Sitzbad für Hämorrhoiden ist in der Regel in der Apotheke

erhältlich. Diese kleine Schale passt direkt über die Toilette und bietet eine bequeme Möglichkeit, den Bereich einzuweichen und zu lindern. Sie können sich auch einfach in eine mit warmem Wasser gefüllte Badewanne setzen.

Flohsamenschalen

Flohsamenschalen sind ein Nahrungsergänzungsmittel, das die Aufnahme von Ballaststoffen erhöht und den Stuhl weicher macht, damit er leichter ausgeschieden werden kann. Achten Sie darauf, die Ballaststoffe nicht zu schnell zu erhöhen, da dies auch Blähungen oder Magenkrämpfe verursachen kann.

„Verwenden Sie dies, um den Stuhl weicher und den Stuhlgang regelmäßiger zu machen. Wenn Ihr Stuhl weich ist und sich leicht ausscheiden lässt, ist es wahrscheinlicher, dass sich Ihre Hämorrhoiden zurückbilden. Achten Sie darauf, viel Wasser zu trinken, wenn Sie dieses Mittel einnehmen“, sagt Dr. Lipman.

Aloe Vera

Die entzündungshemmenden Eigenschaften der Aloe vera können helfen, die Entzündung der Hämorrhoiden zu lindern. Obwohl es keine Forschungsergebnisse speziell zur Linderung von Hämorrhoiden gibt, hat sie sich bei anderen entzündlichen Hauterkrankungen als nützlich erwiesen.

Laut Dr. Lipman ist die Anwendung nur dann sicher, wenn es sich um reine Aloe handelt (und nicht in einer Creme mit anderen Inhaltsstoffen).

Die schlimmsten Hausmittel gegen Hämorrhoiden

Vielleicht haben Sie auch schon von diesen beiden angeblichen Hausmitteln gehört, mit denen man Hämorrhoiden schnell loswerden kann. „Das ist blanker Unfug und Sie sollten diese

Mittel unbedingt vermeiden“ sagte Dr. Lipman.

Apfelessig

Einige Patienten behaupten, dass Apfelessig bei Hämorrhoiden sofortige Linderung verschafft und Juckreiz und Schmerzen lindert.

„Ich rate davon ab, dieses Mittel zu verwenden, da es bei übermäßigem Gebrauch die Haut reizen und die Probleme verschlimmern kann“, sagt Dr. Lipman.

Teebaumöl

Manche Menschen behaupten, dass die antiseptischen und entzündungshemmenden Eigenschaften von Teebaumöl die durch Hämorrhoiden verursachten Schwellungen und den Juckreiz verringern können. Einige frühere Untersuchungen haben ergeben, dass ein mit Teebaumöl hergestelltes Gel die Symptome lindert, aber es liegen keine Studien vor. Dr. Lipman empfiehlt, dieses Mittel nicht auszuprobieren, da es nicht gut untersucht ist.

Fragen Sie immer erst Ihren Arzt, bevor Sie ein Hausmittel ausprobieren, und brechen Sie den Versuch, Hämorrhoiden zu Hause zu behandeln, sofort ab, wenn bei der Behandlung Probleme auftreten.

Denken Sie daran, dass es zur Behandlung und Vorbeugung von Hämorrhoiden wichtig ist, genügend Ballaststoffe zu essen (25 Gramm pro Tag für Frauen, 38 Gramm pro Tag für Männer) und mindestens acht Gläser Wasser pro Tag zu trinken. Diese Ernährungsumstellung kann den Stuhlgang erleichtern und verhindern, dass das Problem erneut auftritt.

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