GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Adiós hemorroides: Una solución para acabar con el problema

Noticias 24hs | 31/08/2017 | 08:45

La publicación de un libro de éxito sobre las hemorroides que no está escrito ni por médicos ni por científicos, en que el lenguaje es directo y accesible y es el testimonio de alguien que sufre la misma condición que el posible lector

Las hemorroides, llamadas también almorranas, son varices, una inflamación de tejido submucoso de las venas del ano que pueden llegar a producir grandes molestias y en los casos más graves requieren cirugía. Sin embargo, también es posible convivir con las hemorroides sin tener que pasar por el quirófano e incluso erradicarlas, siempre partiendo de una alimentación sana dirigida a cuidar la salud en general y de hacer al menos media hora de deporte o de actividad física al día.

Las personas que sufren de hemorroides acuden a navegar por Internet buscando soluciones o testimonios sobre su mismo problema y es en la red donde se promociona el libro y video Hemorroides Control, cuya presentación sustituye los sesudos análisis de especialistas sobre salud, por un testimonio personal de un hombre desesperado buscando una solución a su problema que al igual que muchos pacientes curiosos dio con este método. A continuación se desarrollan los beneficios de este tratamiento con el que se asegura que se dirá un adiós definitivo al problema de las hemorroides y a todos los demás problemas derivados de tenerlas, incluso de la vergüenza que se puede sufrir por ello en algunos casos.

El método se basa en un cambio de hábitos general que redundan en beneficio de las hemorroides

El libro no está escrito ni por un médico ni por un científico y en esto parecen querer erradicar el éxito del mismo, en que el lenguaje es directo y accesible y es el testimonio de alguien que sufre lo mismo que el posible lector. El autor, Miguel Carretto, es el abanderado del que se hace decir un revolucionario sistema, elogiado por blogueros en Internet del que solo se descubren los aspectos más generales, sellando así el contenido del método que según el creador del blog surgió a partir de poner en práctica el método y comprobar su eficacia, es eficaz porque parte de un cambio de hábitos general que redundan en beneficio de las hemorroides.

Consumir regularmente castaño de indias se ha descubierto como un método eficaz para evitar que se inflamen las hemorroides y fortalecer los vasos sanguíneos y en este punto está de acuerdo la comunidad médica internacional tradicional, así como que debe evitarse la obesidad, el sedentarismo o suplir éste caminando al menos diez minutos por cada hora en la que se ha

permanecido sentado. El ejercicio es básico para la circulación en general y las hemorroides son fruto de una mala circulación local.

Pasos básicos a seguir durante una crisis aguda de hemorroides

La higiene anal es fundamental para mantener a raya las hemorroides, ya que sin ella puede infectarse, como lo es tratar de corregir el estreñimiento o las diarreas a través de una correcta alimentación incorporando fibras, verduras y frutas a la dieta y evitar platos muy condimentados como método para erradicarlas. Al defecar es mejor no usar papel higiénico, ni tan solo los mas suaves, sino que se debería lavar el ano con agua. Después de esto si se puede usar el papel higiénico, pero nunca en seco. Los baños de agua después de defecar son altamente recomendables y para ello el agua no deberá estar demasiado fría ni demasiado caliente.

Cuando las hemorroides sangren habrá que aplicar hielo sobre la zona durante veinte minutos pero nunca de forma directa, sino a través de una tela suave o aplicar el vinagre de manzana, esta vez de forma directa un par o tres de veces al dia.

Si se siguen estos métodos de forma constante, la hinchazón causada por las hemorroides desaparecerá en una semana o menos, pero luego se deberá aprender a vivir con ellas y sus molestos efectos que según el autor del libro Hemorroides Control pueden desaparecer por completo, algo que crea suspicacias entre pacientes y expertos que no por ello dejan de recomendar la lectura de este método en la certeza de que cualquier punto de vista para paliar esta enfermedad es bienvenido y puede abrir nuevas puertas para el estudio.

Autor: Redacción

https://gironanoticies.com/noticia/49254-adios-hemorroides-una-solucion-para-acabar-con-el-problema.htm