GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Enemigo público: las hemorroides

Noticias 24hs | 16/01/2018 | 20:08

Las hemorroides o almorranas como también se conocen, es una de las molestias más comunes en el día a día de muchas personas, y realmente son muy molestas

Realmente se trata de una inflamación de las venas del conducto rectal y del ano, por lo que se produce ese dolor, y sobretodo incomodidad.

Las causas suelen ser variables: desde factores hereditarios que hará que podamos ser propensos a padecerlas, por el estreñimiento que hará que las venas se opriman y tiendan a salirnos almorranas, entre otros factores. Es importante que acudamos a nuestro médico para que él nos diga por qué padecemos de estas molestias, y así poder ponerle remedio cuanto antes, ya que son realmente molestas. No cometas el error de muchas personas, que piensan que es una molestia pasajera y no le ponen remedio y es algo que te puede acompañar durante toda la vida si no cambias tus hábitos.

¿Por qué padeces de esta molestia?

Como hemos adelantado, las hemorroides tienen unas causas suelen ser muy variadas, pero es muy importante determinar en cada caso porqué se padecen, por eso lo más importante es que si somos propensos a sufrirlas que visitemos a nuestro médico a fin de descartar males mayores, así como para llevar un control y poder liberarnos de ellas lo antes posible, ya que llegan a ser verdaderamente molestas.

Principalmente suele producirse por cuestiones hereditarias, aunque no siempre es así, realmente lo que supone esto es que vamos a ser más propensos a poder sufrirlas, pero no tiene porqué. Dicho esto, normalmente las hemorroides aparecen por el estreñimiento, por lo que deberemos cambiar nuestra dieta a hábitos más saludables y que ésta sea rica en fibra, para así facilitar el tránsito intestinal y si hacemos deporte nuestro intestino se va a ver gratamente beneficiado.

¿Existen remedios para curarlas o aliviarlas?

Todo pasa por cambiar nuestros hábitos alimenticios y de vida, ya que en la mayoría de los casos las hemorroides aparecen por llevar una vida sedentaria, y una dieta pobre en fibra, lo que

hará que seamos propensos a padecer estreñimiento con lo que ello va a conllevar, la necesidad de tener que hacer una mayor fuerza a la hora de evacuar, así como tener unas heces más duras, que harán que las venas de nuestro conducto rectal se vean oprimidas y acaben hinchándose y provocando las hemorroides o almorranas tan molestas.

Por eso te traemos algunos consejos de como curar hemorroides externas e internas con remedios caseros, no es que existan métodos milagrosos, pero si algunos trucos o consejos que nos van a ayudar, y mucho, en estos momentos tan difíciles. Al ser remedios caseros casi todos ellos van a pasar por remedios naturales, es decir, aprovechar cada uno de los beneficios que nos pueden aportar las diferentes plantas, así como medicamentos y pomadas, pero siempre lo ideal es intentar aliviarse con remedios naturales para nuestro organismo.

Algunos de estos remedios caseros

Como en casi cualquier dolencia, todo pasa por las plantas medicinales, y que son ricas en todo tipo de propiedad y es por ello que sirven para prácticamente casi todo, entre las más utilizadas para las hemorroides están la manzanilla y la cola de caballo, que nos van a ayudar a desinflamar la zona y así evitaremos el excesivo dolor e incluso el sangrado. Sólo será necesario hervir las plantas para que así suelten sus propiedades en el agua, una vez hecho, deberemos dejar que el agua se enfríe, para posteriormente humedecer la zona afectada durante al menos diez minutos, notarás que alivio es casi instantáneo.

Otra de las plantas más usadas es el aloe vera, y es que tiene muchas propiedades, además su modo de uso es muy sencillo y nos aliviará el ardor, así como el picor y la inflamación, tan solo tendremos que desinfectar la zona y proceder a untar el aloe vera en ella.

Autor: Redacción

https://gironanoticies.com/noticia/60626-enemigo-publico-las-hemorroides.htm