

## درمان خانگی بواسیر چيست + 13 درمان هموروئید در خانه با داروی گیاهی

بواسیر یا هموروئید یکی از شایع ترین بیماریهای مقعدی است و منظور از آن تورم سیاهرگ های کانال مقعدی و یا خارج از مقعد است. علت این بیماری فشار و کشش شدید عضله ی مقعدی است که در اثر عوامل مختلفی مثل بارداری، زایمان، رابطه مقعدی، یبوست و ... روی می دهد. در ادامه این صفحه به سوال “درمان خانگی بواسیر چیست” می پردازیم، و روشهای درمان بواسیر در خانه و درمان گیاهی هموروئید را بررسی خواهیم کرد.

درمان خانگی بواسیر یکی از مهمترین روشهای درمانی است که اغلب بیماران تمایل به استفاده از آن دارند. علت این تمایل بیشتر را می توان با خجالت و ترس آنها از مراجعه به پزشک، هزینه کمتر و ... مرتبط دانست. اما هیچ کدام از این روشهای نمی توانند به درمان قطعی این عارضه کمک کنند. درمان های خانگی فقط و فقط به منظور کنترل علائم و کاهش درد و خونریزی کاربرد داشته و نمیتواند درمان قطعی هموروئید باشد! برای درمان قطعی باید با جراحی زنده هموروئید را از بین برد. در حال حاضر بهترین روش جراحی سرپایی و بدون درد یا خونریزی، **درمان بواسیر با لیزر** است.

### ارتباط با پزشک در واتساپ

☎ ۰۹۱۹۸۷۷۰۲۸۴

جهت مشاوره رایگان و رزرو نوبت ویزیت به این شماره در واتساپ پیام دهید.

## درمان خانگی بواسیر – درمان بواسیر در خانه



The infographic is set against a yellow background. On the left, there are six small images in black frames: a whole and sliced papaya, aloe vera leaves, a banana, almonds, a bowl of sliced carrots, and a man sitting in a bathtub. On the right, there is a medical diagram of the human digestive system, specifically the large intestine, with labels for 'Transverse colon', 'Internal hemorrhoid', 'External hemorrhoid', 'Descending colon', and 'Appendix'. Below the diagram, the text 'درمان بواسیر (هموروئید) در خانه' is written in large, white Persian characters.

درمان خانگی بواسیر یا هموروئید مجموعه ای از روشهایی است که می توانند به تسکین علائم و یا حداقل جلوگیری از پیشرفت بیشتر این عارضه کمک کنند. برای درمان بیماری، این توصیه ها جدی بگیرید!! مهمترین این روشها عبارتند از :

## درمان های خانگی در بهترین حالت، روشی است که به جهت تسکین علائم بیماری کاربرد دارد و هرگز نمی تواند درمان قطعی این بیماری باشد.

### فیبر

مهمترین ماده مغذی که باید حتما در رژیم غذایی این بیماران گنجانده شود، **فیبر** است. فیبر را می توانید به طور طبیعی و با مصرف انواع میوه ها، سبزیجات، غلات و حبوبات دریافت کنید. هر فرد به طور متوسط به 30 الی 35 گرم فیبر در طول روز نیاز دارد. به شما این اطمینان را میدهم که اگر این ماده را به اندازه کافی دریافت کنید، هرگز دچار یبوست و هموروئید نمی شوید. فیبر های خوراکی در بدن انسان قابلیت هضم و جذب ندارند، بنابراین در روده ها تجمع می کنند و با افزایش حجم مدفوع به درمان یبوست کمک می کنند.

توجه داشته باشید که فیبر باید به تدریج به رژیم غذایی افزوده شود. زیرا مصرف حجم زیادی از آن می تواند در روده و معده حجم زیادی از گاز را تولید کنند و بیماری را تشدید نماید. بیماران مبتلا به این عارضه باید رژیم غذایی خاصی را دنبال کنند تا بتوانند زودتر به درمان نهایی برسند. پیشنهاد می کنیم حتما مقاله **“چه بخوریم تا بواسیر از بین برود؟”** را مطالعه کنید.

### نوشیدن آب

برای درمان هموروئید خود تنها کافی است جمله **“آب مایع حیات است.”** را جدی بگیرید. آب می تواند در درمان هر بیماری به خصوص دفع سموم از بدن موثر باشد. نوشیدن آب و مایعات به میزان کافی به نرم کردن مدفوع و عبور راحت تر آن از دستگاه گوارش کمک کند. **نوشیدن 8 الی 10 لیوان آب در طول روز برای همه افراد ضروری است.** به جای آب می توانید نوشیدنیهای متنوع و فاقد الکل، شکر و کافئین را نیز جایگزین نمایید.

### ورزش؛ بهترین ورزش برای درمان بواسیر چیست؟

ورزش و فعالیت بدنی از روشهای موثر برای کنترل عامل بیماری یا همان یبوست است. ورزش می تواند فعالیت های روده را افزایش دهد، و به دفع راحت تر کمک کند. البته نوع ورزش نیز بسیار مهم است. انجام ورزش هایی سنگین مانند وزنه برداری به هیچ وجه توصیه نمیشود. حتماً برای درمان بیماری خود 30 دقیقه زمان برای ورزش های سبک مانند پیاده روی اختصاص دهید. **ورزش کگل** یکی از بهترین ورزش های بواسیر است که جهت تقویت عضله لگن کاربرد داشته و می تواند به درمان و بهبود سریع این بیماری کمک کند.

### نشستن در آب گرم (حمام سیتز)

**حمام سیتز** یا حمام نشیمن به پیچیدگی اسم آن نیست. برای انجام این روش تنها کافی است یک لگن پر از آب گرم داشته باشید. البته اگر در منزل وان دارید، استفاده از آن پیشنهاد بهتری است.

برای این منظور تنها کافی است وان یا لگن مورد نظر را با آب گرم پر کنید. میزان گرمای آب هر مقدار بیشتر باشد، بهتر است. گرما گردش خون در این ناحیه را افزایش داده و به بهبود سریع تر بیماری کمک می کند. برای نتیجه گیری بهتر نکات زیر را به یاد داشته باشید :

دمای آب باید به حدی باشد که پوست نسوزد.  
بهتر است قبل از هر اقدامی لگن را ضد عفونی کنید.  
برای تاثیر گذاری بیشتر می توانید به اندازه یک فاشق به آب، نمک اپسوم یا جوش شیرین اضافه کنید.  
حداقل برای 15 الی 20 دقیقه در این آب گرم بنشینید.  
بهترین زمان برای حمام نشیمن بعد از دفع مدفوع است.

بیشتر بخوانید : بهترین حالت نشستن برای بواسیر

## !تماس بگیرید

☎ 2186084961

جهت مشاوره، هماهنگی و رزور نوبت ویزیت با این شماره تماس بگیرید

## کیسه یخ

استفاده از کیسه یخ یا کمپرس سرد یکی از روشهای درمان درد بواسیر است. سرما می تواند به سرعت درد را کاهش دهد. برای این منظور می توانید کیسه ای را از یخ پر کرده و برای 10 دقیقه بر روی موضع قرار دهید. از تماس مستقیم یخ با پوست اجتناب نمایید

## کیسه آب گرم برای بواسیر

استفاده از گرما می تواند در کنترل درد و دیگر علائم این بیماری موثر باشد. برای این منظور کیسه آب گرم را از آب جوش پر کنید و برای 30 دقیقه روی موضع درد قرار دهید

## داروهای بدون نسخه

مصرف داروهای بدون نسخه یکی از روش های درمان این بیماری است که سریعاً علائم آن را رفع می کند، اما همانند سایر روشها درمان قطعی این عارضه نخواهد بود. از مهمترین این داروها می توانیم به پماد و شیاف آنتی همورئید اشاره کنیم

بیشتر بخوانید : داروی بواسیر چیست؟

## داروی گیاهی بواسیر



داروی گیاهی بواسیر از دیر باز وجود داشته و مجموعه ای گسترده از گیاهان را تشکیل می دهد. در زمان مصر باستان از برگ های افاقیا برای درمان این بیماری استفاده می کردند. اما امروزه گیاهان دیگری برای این منظور به کار می رود. در ادامه مثال های بیشتری از این نوع درمان می زنیم:

## درمان بواسیر با سرکه



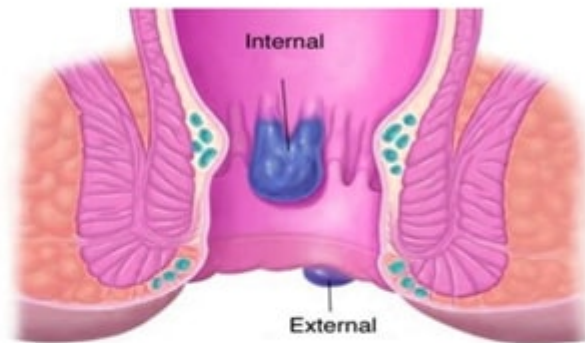
سرکه سیب از خوراکی هایی است که خاصیت ضد التهابی دارد و می تواند در درمان هموروئید موثر باشد. برای مصرف این داروی گیاهی بواسیر: دو روش وجود دارد:

یک قاشق چایخوری سرکه سیب را می توانید در یک فنجان آب حل کنید و دو مرتبه در روز از آن بنوشید. پنبه را به سرکه سیب آغشته کرده و بر روی مقعد به آرامی ماساژ دهید. تماس سرکه با بواسیر ممکن است سوزش خفیفی را ایجاد کند که به سرعت رفع میشود.

برای اینکار حتما از سرکه سیب خالص و غیر پاستوریزه استفاده کنید. این کار می تواند خارش و سوزش را به سرعت رفع کند. برای نتیجه گیری مثبت باید برای حداقل 2 هفته و روزی 2 مرتبه از سرکه سیب استفاده کنید.

بهتر است برای درمان بواسیر با سرکه سیب آن را بنوشید و برای درمان بواسیر خارجی آن را استعمال نمایید.

## شیره تریاک برای بواسیر



Hemorrhoids

## شیره تریاک برای بواسیر

تریاک نوعی مادر مخدر سنتی است که از شیر گیاه خشخاش گرفته میشود. تریاک حاوی مقدار بسیار زیادی مرفین است و به همین جهت در تولید داروهای مسکن از آن استفاده می کنند. اما جالب است بدانید این ماده مخدر هیچ تاثیری در درمان بواسیر ندارد. بعضی از افراد از این ماده به صورت شیاف برای کاهش درد استفاده می کنند که هیچ تاثیری در درمان نداشته زیرا به این طریق جذب نخواهد شد. بنابراین بدون مشورت با پزشک از این دارو استفاده نکنید، زیرا کمترین عوارض مصرف این ماده تاثیر منفی بر دستگاه گوارش و بیوست است.

هشدار می دهیم که از درمان بواسیر با تریاک پرهیز کنید، زیرا بعد از چند ساعت بواسیر دچار خارش و درد شدید شده و ممکن است منجر به خونریزی نیز بشود. بنابراین فقط از روشهای توصیه شده برای درمان این بیماری استفاده کنید.

## سیر و درمان بواسیر



آیا سیر برای بواسیر خوب است؟ سیر دارای خواص بیشماری است و می تواند با خواص آنتی بیوتیکی و ضد التهابی خود علائم این بیماری را تسکین دهد. برای این منظور می توانید چند حبه سیر را در آب بجوشانید و مایع حاصل را توسط پنبه بر روی موضع اعمال کنید. این محلول را می توانید برای 10 الی 15 دقیقه بر روی موضع قرار دهید و سپس بشویید.

برای درمان **هموروئید داخلی** می توانید پس از فشردن سیر (برای خارج کردن آب آن) آن را برای یک شب تا صبح به شکل شیاف در رکتوم قرار دهید.

## نشستن در بتادین برای بواسیر

یکی از راهکارهای که از قدیم توصیه میشود، نشستن در بتادین برای بواسیر است. بتادین ماده ای ضد عفونی کننده است که می تواند التهاب و قرمزی بواسیر را کاهش داد. اما مسلماً درمان قطعی این بیماری نیست. برای این منظور یک لگن را ضد عفونی کرده و با آب گرم پر کنید. سپس مقدار لازم بتادین در آب بریزید و آن بنشینید. حداقل برای 15 دقیقه در مخلوط آب و بتادین بنشینید. این درمان را می توانید تا 3 مرتبه در روز تکرار کنید و هیچ عوارضی ندارد.

بیشتر بخوانید : **دکتر بواسیر** چه متخصصی است؟ اماذگیهای قبل از مراجعه به پزشک چیست؟

## جوش شیرین برای بواسیر

جوش شیرین برای بواسیر می تواند موثر باشد. جوش شیرین برای رفع التهاب، بوی بد و قرمزی بواسیر موثر است، اما درمان قطعی این بیماری نیست. برای این منظور مشابه روش قبل یک لگن را از آب گرم پر کنید و مقداری جوش شیرین در آن بریزید، برای 15 الی 20 دقیقه در این مخلوط بنشینید.

## وازلین برای درمان بواسیر

در واقع مصرف وازلین نمی تواند به هیچ وجه کمکی به درمان بواسیر کند، اما استعمال آن در مقعد یک فایده ی بسیار مهم دارد! و آن عبور راحت تر مدفوع از مجرای رکتوم است. وازلین به دلیل چرب بودن و خاصیت لزجی می تواند بدون آنکه به مقعد و زانده ی بواسیر آسیب وارد شود، عبود مدفوع را راحت تر کند.

به همین جهت وازلین می تواند از پیشرفت بیشتر بیماری جلوگیری کند. برای استفاده از وازلین می توانید مقداری از آن را اطراف دریچه مقعد استعمال نمایید.

اگر می خواهید بیشتر با روشهای خانگی موثر آشنا شوید پیشنهاد میکنم صفحه [وازلین برای درمان بواسیر](#) و [روغن زیتون برای بواسیر](#) را مطالعه کنید

## فندق جادوگر

این گیاه همانند اسم خود جادو و یا بهتر بگوییم معجزه می کند. این گیاه دارای خواص ضد التهابی و ضد سوزش است که می تواند در رفع سریع علائم بواسیر موثر باشد. به علاوه فندق جادوگر دارای خواص قابضی است و در رفع بیماری موثر خواهد بود.

برای استفاده از این گیاه می توانید عصاره آن را تهیه کرده و پنبه ای را در این عصاره خیس کنید و برای حداقل 10 دقیقه بر روی موضع مورد نظر قرار دهید. تکرار این درمان تا 3 مرتبه در روز منعی ندارد.

## روغن درخت چای

حتما با خواص روغن درخت چای آشنایی دارید. این روغن دارای خواص ضد میکروبی و ضد التهابی است که می تواند ناحیه مقعد را از هر میکروبی ضد عفونی نماید.

این روغن به حدی قوی است که نباید از آن به صورت خالص استفاده نمود. بلکه می بایست آن را به نسبت 3 به 1 با روغن زیتون و یا آب مخلوط کنید و سپس از آن استفاده کنید. از این روش می توان تا 3 مرتبه در روز استفاده نمود.

## آلونه ورا



آلونه‌ها را درمان گیاهی **بواسیر خارجی** است. خواص زیبایی و سلامتی گیاه آلونه‌ها را بر هیچکس پوشیده نیست. این گیاه مناسب درمان التهاب پوست، سوختگی و انواع لک است. در ضمن خواص ضد التهابی این گیاهی در رفع التهاب و تورم این بیماری نیز موثر است.

برای این منظور می‌توانید برگ تازه این گیاه را تهیه کرده و ژل آن را خارج کنید و بر روی موضع در ناحیه بواسیر خارجی اعمال کنید. برای درمان نوع داخلی این بیماری می‌توانید ژل داخل آن را به صورت نوارهای کوچک برش زده و در مقعد قرار دهید.

## درمان هموروئید با عسل

یکی دیگر از روش‌ها درمان بواسیر با عسل است. این خوراکی مقوی دارویی ضد التهاب است که می‌تواند تا حدودی به کاهش علائم بیماری نیز کمک کند. برای استفاده از عسل برای زخم بواسیر می‌توانید به صورت روزانه آن را بر روی موضع استعمال نمایید.

یک ترکیب عالی که با استفاده از موم عسل و روغن زیتون ساخته می‌شود، می‌تواند به عنوان درمانی برای این بیماری استفاده شود. برای ساخت این داروی طبیعی مخلوط مساوی از موم عسل و روغن زیتون را در ماکروویو قرار دهید تا موم آب شود. اجازه دهید این مخلوط خنک شده و سپس روی مقعد استعمال نمایید. این دارو نمی‌تواند درد را کاهش دهد، اما به عنوان دارویی قابض شناخته می‌شود که می‌تواند در رفع التهاب نیز موثر باشد.

## چای کیسه‌ای

چای سیاه می‌تواند به عنوان یک قابض طبیعی برای رگ‌های آسیب‌دیده عمل کند. در ضمن چای حاوی آنتی‌اکسیدان است و در رفع علائم بیماری به خصوص التهاب و تورم آن موثر عمل می‌کند.

برای این منظور چای کیسه‌ای را برای چند دقیقه در آب جوش خیس کنید و پس از خنک شدن بر روی موضع قرار دهید. این درمان را می‌توانید تا سه بار در روز تکرار کرد.

## انجیر خشک



مصرف انجیر خشک یکی از میوه های سرشار از فیبر است که می تواند تاثیر ویژه ای در برطرف کردن بیوست داشته باشد. می توانید از شب قبل 3 الی 4 عدد انجیر خشک را در آب خیس کرده و صبح روز بعد انجیر ها به همراه آب آن میل کنید. این درمان خانگی همروئید را می توانید روزانه تکرار کنید.

## چای سبز

نوشیدن چای سبز با خواص آنتی اکسیدانی می تواند به بهبودی سریع تر کمک کند و استعمال این چای نیز در کاهش تورم و تقویت هضم موثر خواهد بود. برای تاثیر بیشتر می توانید دم کرده برگ های چای سبز را با نصف قاشق عسل و نصف قاشق آبلیمو مخلوط کرده و میل کنید. همچنین می توانید جوشانده آن (بدون عسل و آبلیمو) را بر موضع استعمال نمایید.

واقعیت این است که امکان درمان قطعی بواسیر در خانه با داروهای گیاهی وجود ندارد. زیرا این گیاهان دارویی یا روشهای خانگی در بهترین حالت تنها در رفع علائم بیماری موثر هستند. سیاهرگ آسیب دیده به خصوص در حالتی که دچار تورم شده است به هیچ وجه و با هیچ دارویی به حالت اولیه باز نمی گردد. تنها راهکار برای برطرف کردن این مشکل این است که بافت متورم از پایه قطع شود.

برای درمان می توانید از روش **عمل جراحی بواسیر** و یا لیزر این بیماری کمک بگیرید. برای آشنایی بیشتر با درمان بواسیر به خصوص درمان نوین این بیماری یعنی درمان بواسیر با لیزر به این صفحه مراجعه نمایید.