

お尻の悩みは みんなの悩み

いぼ痔

軽度の
脱肛

便秘

切れ痔

今や身近な病気となった痔ですが、恥ずかしさや対処法が分からないことから放置してしまい、正しい治療が出来ず悪化してしまうことも少なくありません。誰にも相談できないお尻のお悩みお気軽にご相談ください♡

保原店 齋藤

私達と痔との深～い関わり

痔の最大の原因は「**肛門部のうっ血**です（**血が滞る事**）」です。二本足で立つ私たち人間は肛門の位置が心臓よりも低いため肛門部の血液がスムーズに心臓に戻すことが出来ず、うっ血を起こしやすいのです。

そうすると、血栓も生じやすくなり**いぼ痔**が出来る原因となってしまいます。

根元
(うっ血)

改善のキは？！

血流の改善にあり！

血流を良くするために大切なのは…

入浴

◎湯船に浸かって
身体を温める

身体を冷やすと、血行不良を起こして痔の悪化につながります。



食事

×アルコールや
香辛料は程ほどに

肛門を刺激して、痔の症状を悪化させるため、飲みすぎ摂り過ぎに注意が必要です。



運動

◎適度に運動する

長時間同じ姿勢はうっ血の原因に。適度な運動でうっ血の予防、生活習慣の改善にもなります。



し

か

し

毎日続けるのは難しいし、一時的に改善しているだけなので症状が再発しやすい…