

# Cách chữa bệnh trĩ ngoại tại nhà nhanh chóng

sau đây sẽ giới thiệu một số biện pháp chữa bệnh trĩ ngoại ở nhà như chế độ sinh hoạt nhiều chất xơ, những dạng nước dùng thảo dược dân gian, cách giảm đau nhanh chóng và kem bôi bệnh trĩ ở nhà.

bệnh trĩ ngoại nhận biết dễ hơn trĩ nội cũng như vấn đề chữa bệnh cũng dễ dàng hơn bởi bệnh khu trú tại ngay rìa phía ngoài hậu môn dưới lớp da mỏng. Vấn đề **chữa trị bệnh trĩ** từ giai đoạn kịp thời không những giúp rút ngắn thời gian chữa trị, quá trình chữa bệnh đơn giản hơn mà còn đem lại hiệu quả sớm, tiết kiệm cả khoảng thời gian và giá thành điều trị cho người bị bệnh. Mời bạn cùng cotripro.vn tìm hiểu một số trị bệnh trĩ ngoại ngay tại nhà và một số lối sinh hoạt tốt phòng đoán người bệnh trĩ ngoại bài viết này nhé:

## khẩu phần ăn nhiều chất xơ

kĩ thuật đầu tiên chữa bệnh trĩ ngoại là lấy chế độ dinh dưỡng có không ít xơ và dùng nhiều nước. Chất xơ thì có tác dụng lợi tràng, kích ứng chức năng hoạt động của ruột già, tăng chức năng tiêu hóa Đồng thời cũng là nguyên nhân tham gia bài tiết loại các sản phẩm oxy hóa, vô cùng tốt phòng đoán nam giới bị trĩ ngoại.

người trĩ ngoại có khả năng định vị thấy chất xơ trong các kiểu thực vật như cám lúa mì, hạt ngũ cốc chưa giã, rau xanh, một số kiểu hạt đậu, trái cây,...

**những kiểu rau xanh, trái cây tuyệt nhiên hiệu quả đối với chứng táo bón, hỗ trợ trị bệnh trĩ ngoại:**

- **Rau lang:** luộc từ 100 -200g lá ăn liên tục
- **Rau mồng tơi:** sử dụng chế biến canh rau mồng tơi rau dền đỏ ăn hằng hôm
- **Thanh long:** sử dụng quả tươi ăn thường xuyên.
- **Khoai lang:** luộc lấy hàng ngày.
- **Bưởi:** ăn mỗi ngày 1 quả
- **Đu đủ chín:** ăn hàng ngày 1 quả, nếu thì có lượng đường trong máu cao thì chỉ cần ăn tầm khoảng 2-3 lần/tuần. Thai phụ có khả năng ăn đu đủ chín đi kèm sữa chua cùng với mật ong để rối loạn khẩu vị, giúp tăng cảm giác ngon khoang miệng.
- **Chuối chín vàng:** ăn 1 ngày 2 quả.

uống đầy đủ nước sẽ kích thích đi tiêu cùng với giúp cho giảm táo bón. Nam giới trĩ ngoại hãy sử dụng đầy đủ khoảng tầm 8 tới 10 ly nước 1 ngày. Vào ban sáng ngay lúc thức dậy hãy sử dụng 1 cốc nước nóng. Cùng với nước, bạn có nguy cơ sử dụng thêm nước rau tươi cũng như nước trái cây.

Đừng cố gắng sử dụng tất cả nước cùng 1 lúc. Hãy trải đều số lượng nước được trong suốt cả ngày.

## Ngâm hậu môn trong nước nóng

Ngâm hậu môn trực tràng trong nước nóng ít nhất 2 lần 1 ngày, trung bình từ 15 tới 20 phút. Bạn cần phải ngồi kết luận nước ấm ngập hông ở trong chậu. Chậu nước nóng có thể pha thêm với thuốc tím, dung dịch iod povidon hay nước muối 9 ‰. Tầm 15 hôm điều trị. Giải pháp này giúp cho giảm cảm giác đau nhanh. Dùng khăn mềm thấm khô hậu môn trực tràng, không lấy giấy để tránh xát gây ngứa.

# Chất khiến cho mềm phân

khi bị táo bón mà những cách nhắc trên không có hiệu hoặc nam giới bệnh trĩ ngoại quá sợ khi phải đi ngoài, bạn có khả năng lấy thuốc gây mềm nhũn phân.

tuy vậy cần cẩn trọng, nếu thuốc lợi tràng gây phân thì có nhiều nước cùng với quá lỏng, có thể gây ra cấp độ viêm nhiễm hậu môn trực tràng, bạn nên ngưng lấy thuốc ngay.

## không nên ngồi lâu

bệnh nhân bị bệnh trĩ ngoại tránh ngồi quá lâu trong một thời gian dài. Những người bị bệnh nhận thấy thư thái khi ngồi trên các chiếc ghế được khoét rỗng đáy.

Bạn cũng cần không nên các công việc trầm trọng nhọc, bê vác quần áo nặng.

## thói quen đại tiện đúng giờ

tập lối sống đại tiện vào 1 giờ nhất định trong ngày. Nếu “nhịn” đi cầu quá nhiều lần sẽ tăng áp lực lên đại tràng, lâu ngày sẽ khiến mất cảm giác và mức độ nhạy cảm của não bộ đối với vấn đề đi đại tiện. Không những vậy, chất bài tiết tích nhiều ngày trong đại tràng sẽ trở thành khô cứng, khiến cho vấn đề đi ngoài trở nên khát khe hơn.

bạn nam trĩ ngoại có nguy cơ luyện tập đi tiêu vào giờ cố định, thường là buổi sáng, sau 1 đêm ruột nghỉ, khi dậy nhu động ruột tăng cao, liệu có phản xạ. Tuy nhiên, nếu bạn quá bận bịu vào buổi sáng thì có khả năng chọn lựa đi vào buổi đêm.

Tư thế ngồi xổm là tốt nhất lúc bạn mắc đại tiện khó. Tại tư thế ngồi xổm, việc đi tiêu sẽ thiên nhiên và thoải mái hơn. Vị trí này gây chuyển động ruột dễ dàng hơn và sớm hơn, giúp cho phòng chống đại tiện khó và bệnh trĩ ngoại. Bạn có khả năng kê chân lên ghế khi ngồi bệ xí để tạo thành tư thế ngồi xổm khi đi cầu.

## luyện tập thể dục thể thao đều đặn

không nên thức khuya, chơi thể dục vừa sức như bơi, đi bộ, tập luyện dưỡng sinh... Mặt khác, bạn có thể tham khảo các bài luyện tập thể dục vô cùng tốt chẩn đoán nam giới trĩ ngoại như sau:

### Bài luyện tập nâng hậu môn (có thể tập luyện ngay tại nơi làm việc vào khi rảnh rỗi)

Ngồi lên ghế chất chéo chân cùng với hai tay chống eo, Rồi đứng lên cũng như thực hiện thót hậu môn. Duy trì nguyên tư thế này trong 5 giây Sau đó thả lỏng người. Lặp lại giống trong 10 phút.

Bài tập luyện này có công dụng giúp cho cơ thể tự có phản ứng tụt thất hậu môn khi di chuyển.

### Bài luyện tập đi dạo

Đứng thẳng bạn nam, hai tay thả lỏng, bàn tay cùng với hàm hơi khép lại. Một chân bước lên thì Mặt khác thót hậu môn trực tràng, Tiếp đó bước tiếp chân còn lại. Tập luyện trong 10 phút.

## Bài tập cải thiện tiêu hóa

Đứng đối với tư thế thẳng, hai chân rộng bằng vai, hai tay đặt tự nhiên song với phần thân, lòng bàn tay nắm hờ. Mới đầu cúi thấp, đầu tiên gối có khả năng chùng nhẹ tự nhiên vẫn giữ vùng thắt lưng thẳng, hít sâu cùng với khép chặt khoang miệng, lưỡi thì đánh lên hàm trên, cùng khi đó thót hậu môn. Giữ gìn nguyên tư thế này trong 5 giây Sau đó thả lỏng cơ thể. Lặp lại giống trong 10 phút.

## Lấy các thuốc

những thuốc loại kem bôi bệnh trĩ (gel Cotripro: bôi 2 lần một ngày), thuốc mỡ hay thuốc hình viên đạn đặt hậu môn trực tràng có khả năng được sử dụng để làm giảm đau (proctolog: đặt hậu môn trực tràng một lần hàng ngày sau lúc đi đại tiện). Nhưng, bạn cần phải hỏi ý kiến của bác sĩ chuyên khoa trước khi dùng.

## các kiểu nước uống thảo dược

### Trà lợi tràng, cầm máu

tất cả các đối tượng trong trà thảo dược này được chọn cẩn thận để thâm nhập vào những dấu hiệu cùng với dấu hiệu của trĩ ngoại, đặc biệt là đại tiện khó.

#### đối tượng

- Nước sôi
- Rễ cây thủy xương bồ
- Lá senna
- Hoa cúc
- Hắc mai (Alder Buckthorn)
- Hạt cây thì là

#### tiến hành

1. trộn đều những thảo dược theo tỉ lệ đều nhau.
2. cho biết 1 thìa nước sôi vào hỗn hợp cùng với hòa tan trong vài giây. Thêm tiếp một muỗng nước sôi và để yên trong 10 phút.
3. uống 1 tách trà thảo dược này vào mới đầu ban sáng khi chưa ăn gì, cùng với trước khi đi ngủ. Lặp lại việc này trong hai tuần hay cho tới khi những biểu hiện chảy máu biến mất.

## Trà sữa Takra

Trà sữa Takra được lấy cực kỳ thường bắt gặp trong y thuật Ayurveda, ngành khoa học y học cổ đã từng được phát triển tại Ấn trạng thái hàng ngàn năm trước. Trà Takra dùng để điều trị không ít câu hỏi về tiêu hóa, trong đó thì có trĩ ngoại.

#### thành phần

- Sữa chua Hy Lạp (Sữa chua nguyên chất cũng có thể lấy được)

- gừng
- A ngùy (Asafoetida) – kết luận trĩ ngoại không xuất huyết, hay bột rau mùi (Coriander Power) – chẩn đoán trĩ ngoại từng chảy máu

sắp

1. trộn một cốc sữa chua vào 4 chén nước trong 2 phút, để yên dung dịch trong 1 phút
2. Vớt bỏ bọt nổi lên trên bề mặt
3. Thêm nửa thìa gừng cùng với 1/2 muỗng bột rau mùi chẩn đoán trường hợp trĩ ngoại đã từng chảy máu hoặc 1/4 muỗng a ngùy nếu trĩ ngoại không ra máu vào hỗn hợp sữa chua và hòa tan.

sử dụng 1 tách trà sữa takra hàng ngày trong bữa ăn trưa. Uống thêm 5 tách trà trong một ngày phòng đoán đến khi các triệu chứng bệnh trĩ ngoại giảm sút dần. Trà sữa Takra này là 1 thức dùng giúp cho cầm máu tuyệt vời chẩn đoán một số bạn nam đang khốn đốn do trĩ ngoại.

Ngay cả khi trĩ ngoại từng không còn nữa, bạn có thể dùng dung dịch này liên tục như 1 thức uống bổ dưỡng cho biết sức khỏe cùng với giúp cho phòng tránh trĩ tái phát.

## cách suy giảm đau sớm và hữu hiệu

Nếu bạn đang đau đớn bởi vì khối ra máu trong bệnh trĩ ngoại thì cần có các giải pháp giảm sút đau đớn nhanh chóng và tức thời như:

Ngồi ngâm mình trong chậu nước lạnh (tốt nhất là đá trong đó) trong 10 phút để một số tĩnh mạch viêm được tụt lại.

dùng kem xoa trĩ giúp kháng khuẩn, sát trùng cũng như gây săn se đám rối tĩnh mạch rất hữu hiệu để điều trị ngứa ngáy ở trong hoặc phía ngoài hậu môn trực tràng.

làm thuốc đạn từ hành tây và tỏi. Quá trình kết hợp của hành tây cũng như tỏi sẽ giúp cho bạn giảm sưng. Cát hành tây giống kích thích của tép tỏi. Nhét tỏi cùng với hành tây vào trực tràng. Đừng lo lắng nếu bạn liệu có gặp tỏi và hành trong phân tại lần đi tiêu kế tiếp.

Thuốc đắp trĩ ngoại với bạn nam việt quất. Phương pháp điều trị ngay tại nhà này vô cùng đơn giản. Tất cả bạn cần làm cho là lấy bốn muỗng canh pháí mạnh việt quất cũng như quấn nó vào 1 mảnh vải để đắp lên búi trĩ ngoại trong một giờ. Hầu hết tất cả người thường hay đặt mảnh vải này vào quần áo lót của họ và ngồi trên đó trong thời gian đó.

Cầm máu bằng rau diếp cá. Rau diếp cá tươi rửa sạch sẽ, giã nhuyễn đắp trực tiếp lên búi bệnh trĩ ngoại đang sưng cảm giác đau, lở ngứa ngáy. Hoặc sử dụng muối tinh ăn hòa tan đối với nước, rửa vùng trĩ; dùng lá diếp cá giã nhuyễn cùng với đặt lên lá chuối, ngồi lên hỗn hợp này, hay đắp vào chỗ trĩ ngoại cũng như băng lại.

## biện pháp điều trị bệnh trĩ ngoại bằng kem thoa

với sự tiến triển vượt bậc của phù hợp, các kiểu nguyên liệu chữa bệnh trĩ lâu đời trong dân gian như cúc tần, ngải cứu, lá lốt, lá sung, nghệ từng được bào chế thành kem bôi tiện dụng, được không ít bệnh nhân ưa chuộng và tin dùng:

- Cúc tần được chỉ ra rằng có không ít công dụng dược lý như chống viêm, chống oxy hóa, chống loét, kháng khuẩn, hạ sốt, suy giảm đau. Trong số đó, mạnh nhất là chức năng chống viêm giai đoạn đầu tại đám rối tủy mạch.
- Ngải cứu có khả năng phát huy tác dụng gây nên tụt mạch, giúp gia tăng phần nào biểu hiện chảy máu tại một số khóm trĩ.
- chức năng kháng khuẩn tốt của lá lốt có thể giúp tránh thương tổn dẫn đến bởi vì bội lây nhiễm virus trên người bị bệnh trĩ. Ngoài ra, piperine trong lá lốt còn thì có công dụng hiệp đồng đối với nghệ, làm cho tăng các chức năng chống viêm, kháng khuẩn
- Nhựa mủ sung được dùng khá thường thấy trong dân gian để điều chữa bệnh trĩ ngoại. Các chức năng dược lý của cây sung từng được y học tiên tiến chỉ ra rằng như chống viêm, kháng khuẩn, phục hồi tổn thương.
- Nghệ từng được cho biết rằng nhiều công dụng dược lý, trong đó mọng bật nhất là chức năng kháng khuẩn, chống viêm, chống oxy hóa, chữa lành chỗ bị thương tại những đám rối tủy mạch.

Công thức của kem bôi là quá trình kết hợp 5 vị thuốc dùng phía ngoài. Hai vị là sung cũng như cúc tần có những chức năng tốt cho biết bệnh trĩ như chống viêm, suy giảm đau đớn, tụt mạch, kìm hãm thâm thấu mạch...

Công thức phối hợp một số công dụng chống viêm (cúc tần, nghệ...) đối với chức năng phục hồi tổn thương (nghệ, sung) giúp tăng cường tổn thương bệnh trĩ, kèm theo đó, công dụng tụt mạch nhẹ (ngải cứu) giúp giảm ra máu. Phần lớn một số nguyên liệu đều liệu có tác dụng kháng khuẩn giúp chống bội nhiễm ở tổn thương bệnh trĩ.

#### ***thế mạnh của kem thoa trĩ:***

- giúp những mô trong khóm trĩ thụt lại, nhờ vậy mà tình hình viêm, sưng cảm giác đau tại đám rối tủy mạch giảm đi nhanh chóng.
- giảm thiểu sớm tình hình nóng rát, ngứa và không dễ chịu ở địa điểm hậu môn trực tràng bởi vì trĩ gây nên.
- nhất thời làm cho tê liệt những ban đầu dây thần kinh tại cơ sở hậu môn trực tràng, ngăn không chặn đoán tín hiệu cảm giác đau, nhức truyền lên hệ thần kinh trung ương.
- gia tăng lưu thông máu xuống khóm trĩ giúp việc tuần hoàn xảy ra nhẹ nhàng cũng như làm giảm một số biểu hiện đau, nhức.

[khám trĩ ở đâu hà nội](#)

[phẫu thuật bệnh trĩ hết bao nhiêu tiền](#)

[cắt trĩ hết bao nhiêu tiền](#)

[cách chữa bệnh trĩ](#)

[mổ trĩ ở đâu tốt nhất](#)

[phòng khám bệnh trĩ](#)

[cắt trĩ ngoại ở đâu tốt](#)

[chi phí cắt trĩ ngoại](#)

[chữa bệnh trĩ ở đâu](#)

[cách điều trị trĩ ngoại](#)

[cắt trĩ ở đâu tốt nhất](#)

[khám trĩ ở hà nội](#)

[khám bệnh trĩ](#)

[phòng khám chữa bệnh trĩ](#)

[cắt trĩ ngoại ở đâu tốt](#)

[chi phí phẫu thuật bệnh trĩ](#)