

痔は生活習慣病！

日本人の約3人に一人は痔といわれているくらいの国民病。

男女比もほぼ同数といわれています。ちなみに韓国ではなんと約8割が痔の経験があるそうで、辛い食べ物が多い食習慣が影響していると思われます。

痔は肛門の周りにある**細かい血管の血液の流れが悪くなること**で、いぼ痔・キレ痔・脱肛・痔ろうなどの病気を引き起こします。

その**血液の流れが悪くなる原因を取り除くこと**で、痔は解決します。専門の医師の話では約9割は投薬と生活習慣の改善で治ると言われています



●痔の主な症状と原因

☆**いぼ痔(痔核)**:痔の病気の中で一番多いのがいぼ痔です肛門周辺の血管がうっ血して一部がいぼのように膨らんだ状態です。

【原因】排便時のいきみ・車の運転やデスクワークなどの長時間座っていること・妊娠など。

【症状】腸の中にできる内痔核では排便時の出血があり、痛みはなし。肛門の外にできる外痔核はあまり出血は見られませんが、強い痛みがあります。



☆**切れ痔(裂肛)**:肛門に近い皮膚が切れたり裂けたりし取穴と痛みを伴う状態です。

【原因】おもに便秘

【症状】排便時の痛みと出血。出血量はトイレットペーパーに少量つく程度ですが、肛門に傷があるため、排便のたびに激しく痛みます。

☆**脱肛**:直腸粘膜が肛門の外に飛び出した状態

【原因】内痔核をこじらす、加齢による肛門括約筋のゆるみ

【症状】はじめは排便時に中の腸が飛び出し、便後は戻りますが、症状が進むと指で押し込めないと戻らなくなり、さらに進むと常に腸が脱出したままになり生活が困難になります。



●痔を改善するための養生法

☆**血行を良くする**・・肛門部の血液の流れをよくするために、お風呂にゆっくり入って温めましょう。また同じ姿勢で長時間いることが血流を悪くするため、定期的に体を動かしたり、適度な運動で血行を改善することができます。

☆**便秘を防ぐ**・・便秘にならない食生活(朝食を食べる・食物繊維の多いものを食べる)を心がけましょう。

☆**下痢を防ぐ**・・下痢にならない食生活(お酒・香辛料は控える、冷たい飲み物を控える、消化の 良いものを食べる)を心がける。

☆**正しい排便の習慣**・・3分以上トイレにこもらない。

☆**イライラしない**・・怒りは肝臓の働きを悪くし、血液の流れを悪くします



当店には**飲んで治す痔の漢方薬『もへじ(カプセルタイプ)』**と**塗り薬『赤色ワグラス軟膏』**があります。『もへじ』は血行を良くして、痔の根本原因である肛門部のうっ血を取り除き、いぼ痔(内痔核・外痔核)、切れ痔(裂肛)などの痔の回復を手助けします。

『赤色ワグラス軟膏』は血行促進作用に加え皮膚の修復を早めて治りを早くします。