

PEU EN PARLENT, BEAUCOUP EN SOUFFRENT

Avoir des hémorroïdes peut être un sujet tabou. **Peu en parlent, beaucoup en souffrent !** En effet, environ **3 adultes sur 4** âgés de plus de 50 ans ont déjà eu des hémorroïdes*.

Les hémorroïdes peuvent être le résultat de troubles circulatoires. Ce sont des **formations de veines dilatées situées autour et/ou à l'intérieur de l'anus ou du rectum**. Il est normal que les veines de la région anale se gonflent légèrement au moment de la défécation ; mais contrairement aux veines normales, les hémorroïdes restent **dilatées en permanence**.

Cela peut se traduire notamment par une **sensation de brûlure**, de **démangeaison** ou d'**inconfort** dans la région anale.

Habituellement, une crise d'hémorroïdes dure quelques jours, puis les manifestations se résorbent. Il arrive cependant que des hémorroïdes génèrent des douleurs persistantes **ou un inconfort presque permanent**.

*Source: « Hemorroides - Sintomas y causas - Mayo Clinic ».

TROUBLES HEMORROIDAIRES

DEMANDEZ CONSEIL
À VOTRE PHARMACIEN



www.sante-verte.com

Santé Verte Ltd, Ashford, Kent, TN24 0SH, GB



MLSVHEMORROIDES_VA1


Santé Verte vous informe sur...


LES TROUBLES
HEMORROÏDAIRES


TROUBLES HEMORROÏDAIRES


Environ **3 personnes sur
4 âgées** de plus de **50 ans** touchées*

Quelles sont les causes possibles des troubles hémorroïdaires ?

 **L'âge** : Le risque augmente après 50 ans.

 **L'hérédité** : Il existe une prédisposition familiale.

 **Le mode de vie** : La consommation excessive d'alcool, les troubles du transit, un foie saturé, la sédentarité (rester assis trop longtemps), l'alimentation (épices, café, thé...).

 **Des facteurs divers** comme l'obésité, soulever régulièrement des objets lourds, ou encore la grossesse.

Quels sont les conseils pour soulager les troubles hémorroïdaires ?

- > **Limiter les irritations** avec du papier hygiénique trop sec.
- > **Appliquer du froid** (serviettes, compresses ou bain de siège).
- > **Éviter les aliments qui peuvent irriter** les muqueuses (café, thé, épices, moutarde, alcool...).
- > **Consommer des fibres** pour éviter les constipations.
- > **Éviter les efforts** conduisant à une augmentation de la pression sanguine (porter des objets lourds).

*Source: "Hemorroides - Sintomas y causas - Mayo Clinic"

Quels sont les ingrédients qui peuvent soulager des manifestations hémorroïdaires ?

En cas de crise hémorroïdaire, quelques gestes simples peuvent soulager les désagréments, comme appliquer du froid, ou encore consommer des fibres pour éviter la constipation. En complément, certains ingrédients naturels vont présenter des propriétés intéressantes pour accompagner et soutenir l'organisme lors de troubles hémorroïdaires.



Le **Marron d'Inde** possède une action tonifiante sur les veines et s'avère utile en cas de situations inflammatoires grâce aux saponines qu'il contient.



L'**Hamamélis** et le **Petit Houx** ont des effets bénéfiques sur les vaisseaux sanguins et peuvent ainsi s'avérer précieux dans des situations de troubles hémorroïdaires, grâce aux tanins et à la ruscogénine. De plus, l'Hamamélis possède une action astringente.



Le **Cassis**, à travers sa teneur en flavonoïdes, tanins et vitamines, contribue à atténuer les désagréments rencontrés lors de périodes inflammatoires.



L'**Orange douce** contient des flavonoïdes, connus pour leur effet antioxydant, protecteur et leur intérêt lors de troubles inflammatoires.
La **Vitamine C** est connue pour son effet antioxydant puisqu'elle contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif. De plus, elle aide à la bonne formation du collagène pour assurer le fonctionnement normal des vaisseaux sanguins.

Ces ingrédients ne se substituent en aucun cas à un traitement médical, c'est pourquoi il est indispensable de consulter un médecin.