

# Hemorroider

Tips fra Trond

Symptomer på hemorroider:

Smerter, blødninger, sårhet.

Skyldes vanligvis forstoppelse eller usunt kosthold.

- Adstringerende (sammentrekkende) og betennelsesdempende urter brukes for å lindre plagene.

- Utvortes:

Trollhassel (*Hamamelis virginiana*)

- Mot sår påføres destillert trollhasselvann, krem eller salve på det aktuelle området 1-2 ganger daglig.

- Salve og tinktur fås på apotek.

- Utvortes:

Ringblomst (*Calendula officinalis*)

- Påfør forsiktig ufortynnet ringblomsttinktur eller salve på det aktuelle området.

- Begge fås på apotek.

- Innvortes:

Rødalm (*Ulmus rubra*)

- Ta kapsler for å lette avføring og hemorroider f.eks. Solaray Slippery Elm