

# Стелланин® -

## инновационный подход к лечению сложных ран

### Пошаговая инструкция действий при геморрое у женщин (советы подходят и для женщин после родов)

#### **1. Измените тип питания**

Иногда на первой стадии достаточно поменять рацион питания, чтобы от заболевания не осталось и следа. Рекомендуется пить много чистой водой, исключить употребление кофе, алкоголя, острых, соленых блюд. Снизить прием хлебобулочных изделий, яиц и мяса. Необходимо добавить в рацион большое количество овощей, фруктов и кисломолочные продукты.

#### **2. Измените режим подвижности**

Поскольку геморрой иногда возникает из-за сидячего образа жизни, необходимо каждые полчаса разминаться. Если же причиной стала стоячая неподвижная работа, нужно найти возможность для сидячего отдыха.

#### **3. Соблюдайте гигиену**

После каждого хождения в туалет анальное отверстие промывается прохладной водой.

#### **4. Используйте послабляющие средства**

Не слабительные препараты, а именно послабляющие средства. Лучше всего действует готовая смесь трав – послабляющий чай. В его состав входят кора крушины, ягоды жостера, мята, корень валерианы, корень ревеня, александрийский лист. Смесь действует намного лучше, чем эти же травы по отдельности.

#### **5. Очень большое значение придаётся лечебной физкультуре**

Физические упражнения позволяют улучшить работу кишечника, предотвратить запоры и укрепить мышцы заднего прохода. Приведём некоторые из этих упражнений:

- Исходное положение - лежа на спине с приподнятыми прямыми ногами. Выполняют движения ногами, как при езде на велосипеде. Это упражнение тренирует мышцы бедер, брюшного пресса, стимулирует кровоток в брюшной полости

- Исходное положение - лежа на спине. Ноги, согнутые в колене, обхватывают руками и плотно прижимают к животу, затем возвращают в исходное положение. Это упражнение стимулирует деятельность кишечника, активизирует кровообращение в брюшной полости, способствует отхождению газов при метеоризме.

## Чего нельзя делать при геморрое первой степени у женщин



поднимать тяжести,



принимать слабительные препараты,



употреблять жирную, соленую, острую пищу, алкоголь и т.д.,



долго сидеть на унитазе, напрягая мышцы.

**Мазь Стелланин 3%** - позволяет на ранней стадии заболевания избавиться от всех неприятных проявлений геморроя - воспаления, трещин, зуда и боли. Она подходит независимо от причин возникновения геморроя, будь то сидячая работа, беременность или послеродовой период.

- В короткое время устраняет сосудистые нарушения. Делает **стенки сосудов прочными и эластичными** (они становятся более устойчивыми к растяжению и не лопаются).
- **Восстанавливает связки**, поддерживающие геморроидальные узлы в заднем проходе.
- Способствует **заживлению анальных трещин**.
- **Устраняет зуд и боль**.

### Способ применения:

Мазь Стелланин наносится на тампон (или ватный диск) и накладывается на воспалённый геморроидальный узел.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.  
ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ