

Suppletieadvies Aambeien

Beknopte beschrijving

In de overgang van de endeldarm naar de anus zitten zwellichamen, bestaande uit sponsachtig weefsel met bloedvaatjes die ervoor zorgen dat de anus lucht- en lek dicht wordt afgesloten. Als deze zwellichamen regelmatig onder hoge druk komen te staan, zijn de bloedvaatjes soms zo gezwollen en uitgerekt dat er zowel inwendig als uitwendig zwellingen kunnen ontstaan: aambeien.

Aambeien kunnen de stoelgang bemoeilijken en pijn, bloedingen en/of jeuk rond de anus veroorzaken.

Nutriënten

Psylliumvezels

Maakt de darminhoud zachter.

OPC (oligomere proanthocyanidinen uit druivenpitten)

Versterkt de bloedvaten.

Advies dagdosering

1.500-3.000 mg

Verdeeld over de dag.

100 mg

Leefstijltip

Vermijd roken/meerroken.