



Флеботека

# Простые правила для пациентов с геморроем <sup>1</sup>

## Рекомендуется

- Пейте больше воды
- Употребляйте достаточно клетчатки
- Делайте укрепляющую гимнастику для пресса
- Опорожняйте кишечник в одно и то же время каждый день
- Старайтесь меньше времени проводить в туалете

## Правило TONE <sup>2</sup>

для профилактики и лечения геморроя и других заболеваний прямой и толстой кишки

T – трехминутная дефекация

O – однократная дефекация

N – не натуживаться

E – ежедневный прием пищевых волокон

## Не рекомендуется

- Избегайте ношения тесной одежды
- Снижайте потребление специй, кофе, чая и пищи, вызывающей запоры
- Избегайте подъема тяжестей

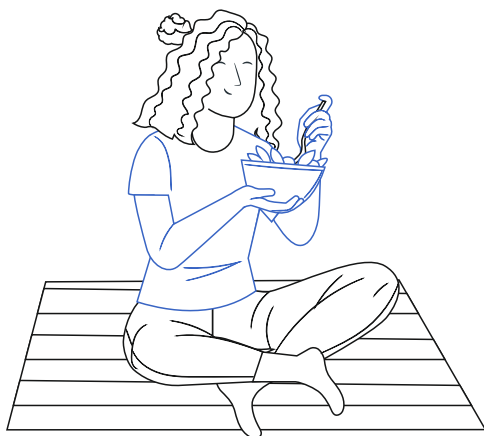
## Правильная поза при дефекации



# Рекомендации по питанию при геморрое

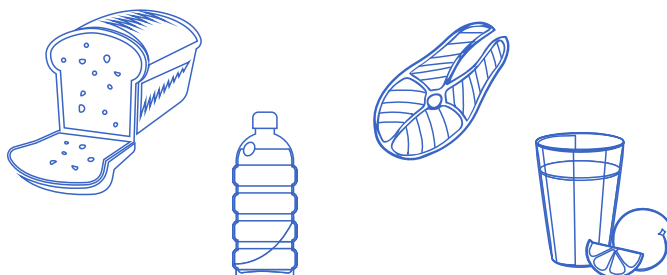
## Рекомендуется

- Котлеты, фрикадельки и суфле из нежирных сортов мяса, птицы и рыбы
- Приготовление на пару
- Хлеб из муки грубого помола, пшеничных отрубей
- Несколько стаканов воды в день, фруктовые и овощные соки



## Не рекомендуется

- Продукты с высоким содержанием жира: яйца, жирные сорта мяса и рыбы, крепкие и жирные бульоны
- Рафинированные продукты, острые приправы, продукты быстрого приготовления
- Продукты с низким содержанием клетчатки: рис, макароны, картофель, белый хлеб
- Напитки, способные вызвать раздражение кишечника: алкоголь и кофе



1. Васильев С.В., Иткин И.М., Попов Д.Е. Геморрой. Клиника, диагностика, методы лечения: Методическое руководство для врачей. СПб.: Издательство СПбГМУ им. акад. И.П. Павлова, 2010. 28 с.

2. Более детальную информацию Вы можете получить у своего лечащего врача. Garg P., Singh P. Adequate dietary fiber supplement along with TONE concept can help avoid surgery in most patients with advanced hemorrhoids. Minerva Gastroenterol Dietol. 2017;63:92–96.



Флеботека

# Детралекс микронизированная очищенная фракция флавоноидов

**1** Уменьшает симптомы геморроя, воздействуя на причину изнутри<sup>1</sup>

**2** Высокая клиническая эффективность<sup>2</sup>

**3** Снижает риск осложнений<sup>3</sup>

## Детралекс 1000 мг<sup>1</sup>

### Острый геморрой:



**Хронический геморрой: 1 таблетка 1 раз в день**

**! Почему не стоит заменять назначенный препарат без консультации с вашим врачом**

**ВАЖНО!** Низкая цена и надлежащее качество могут расходиться в направлениях. Низкие затраты на лекарственное средство могут обернуться непредвиденными затратами на лечение нежелательных лекарственных реакций и осложнений, а также затратами на пребывание в стационаре.

1. Инструкция по медицинскому применению препарата Детралекс®. ЛП-003635, ЛП-Н(000102)-(РГ-РУ).

2. Cospite M., Cospite V. Treatment of haemorrhoids with Daflon 500 mg. Phlebology. 1992;7:53–56; 31:10–15.

3. Misra M.C., Parshad R. Br J Surg. 2000;87:868–872.

Состав\*. Очищенная микронизированная флавоноидная фракция 500 мг: диосмин 450 мг, флавоноиды в пересчете на гесперидин 50 мг. Очищенная микронизированная флавоноидная фракция 1000 мг: диосмин 900 мг, флавоноиды в пересчете на гесперидин 100 мг. Показания к применению\*.  
Терапия симптомов хронических заболеваний вен (устранение и облегчение симптомов). Дополнительно для Детралекс, таблетки, покрытые пленочной оболочкой (далее – Детралекс, таб. п/о): у взрослых. Лечение симптомов венозно-лимфатической недостаточности: боль, судороги ног, ощущение тяжести и распирания в ногах, «усталость» ног. Лечение проявлений венозно-лимфатической недостаточности: отеки ног, трофические изменения кожи и подкожной клетчатки, венозные трофические язвы ног. Детралекс, таб. п/о: симптоматическая терапия/Детралекс, суспензия: лечение симптомов и проявлений острого и хронического геморроя. Способ применения и дозы\*. Венозно-лимфатическая недостаточность – 1000 мг в сутки. Острый геморрой – до 3000 мг в сутки. Хронический геморрой – 1000 мг в сутки. Противопоказания\*. Гиперчувствительность к действующему веществу или любому из вспомогательных веществ, входящих в состав препарата. Дополнительно для Детралекс, таб. п/о: беременность и период грудного вскармливания (опыт применения ограничен или отсутствует). Детский возраст до 18 лет (опыт применения отсутствует). Особые указания\*. Назначение препарата не заменяет специфического лечения заболеваний прямой кишки и анального канала. Если симптомы геморроя сохраняются после рекомендуемого курса терапии, следует пройти осмотр у проктолога, который подберет дальнейшую терапию. Взаимодействие с другими лекарственными средствами\*. Беременность\*/лактация\*. Предпочтительно не применять препарат. Фертильность\*. Влияние на способность управлять транспортными средствами, механизмами\*. Побочное действие\*. Часто: диарея, диспепсия, тошнота, рвота. Нечасто: колит. Редко: головокружение, головная боль, общее недомогание, кожная сыпь, кожный зуд, крапивница. Частота неизвестна: боль в животе, изолированный отек лица, губ, век. В исключительных случаях – ангионевротический отек. Передозировка\*. Фармакологические свойства\*. Детралекс® обладает веноотонизирующим и ангиопротективным свойствами. Препарат уменьшает растяжимость вен и венозную застой, снижает проницаемость капилляров и повышает их резистентность. Форма выпуска\*. Номер регистрационного удостоверения: ЛП-003635, ЛП-Н(000102)-(РГ-РУ), П N011469/01. \* Для получения полной информации, пожалуйста, обратитесь к инструкции по медицинскому применению лекарственного препарата или получите консультацию специалиста.



Больше информации на [detralex.ru](http://detralex.ru)



АО «Сервье»  
125047, г. Москва, ул. Лесная, д. 7.  
Тел.: (495) 937-0700, факс: (495) 937-0701.  
[www.servier.ru](http://www.servier.ru)

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ**