

Ağırlık çalışmak basuru ilerletir mi?

Gönderen : çağa_89 - 19/02/2016 16:47

Merhaba

Teşhis konmadan önce beni rahatsız eden bir şikayetim yoktu. Sadece nadiren sanki gaytanın içinde sindirilmemiş sert bir şey kalmış da belirli bir noktaya değiyormuş gibi hissediyordum. Çok acılı yediğim zamanlarda da tatlı bir yanma oluyordu. Kabızlık esnasında küçük sert bir parça için fazla ıkınmışım ve bunun sonucunda canım yanıp 3 4 damla kadar kan olunca doktora gitmişim :(. Rektal tuşe canımı çok yakınca ilaçlarımı da kullanmadım; sebze, lifli yedim ve bol su içtim bir skıntım olmadı.

Halterciler gibi ya da büyük vücutlu sporcular gibi değil de fitness tarzında ağırlık çalışmak da iç basuru ilerletir mi ve ben de çok zor durumlara düşer miyim? 22 yaşımıdayım bu sporu çok seviyorum. Lifli düzgün beslenme ve tuvalet esnasında kurallara uymak ve ağırlık çalışmak arasında kıyaslama yapılabilir mi? Önem sırası nedir bunu öğrenmek istiyorum. Belli bir süre kendimi dinlesem fikir edinebilir miyim ilerleme konusu hakkında hakkında?

Teşekkürler

Cvp:Ağırlık çalışmak basuru ilerletir mi?

Gönderen : DrTaviloglu - 21/02/2016 21:15

Öncelikle, sorununuzu tam olarak bilemediğimiz için sorularınıza genel bir yanıt vereceğiz. Aşırı ıkınmaya neden olan tüm sporlar hemoroid (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/hemoroid-basur.html>) veya basur (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/hemoroid-basur.html>) sorunu için zararlıdır. Bunlar arasında: ağırlık kaldırma (vücut geliştirme sporu), karın kaslarını güçlendiren egzersizler, köprü kurmak, motosiklete binme, bisiklete binme, ata binme, mekik çekme sayılabilir. Bu nedenle, hemoroid (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/hemoroid-basur.html>) veya basur (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/hemoroid-basur.html>) sorunu olan hastaların, tedavi olmadan, bu tür sporlardan uzak durması yararlı olacaktır. Hemoroid sorunu için beslenme (<http://www.hemoroiduzmani.com/227/hemoroid-ile-ilgili-ozel-durumlar/hemoroid-ve-beslenme.html>) gayet önemlidir, bu konuya dikkat edilmesi önemlidir.

Saygılar,

Prof. Dr. Korhan Taviloğlu
Taviloğlu Proktoloji Merkezi
Bağırsak ve makat hastalıkları tedavisi
www.taviloglu.com
www.tavilogluproktoloji.com
www.genelcerrah.com
www.drtaviloglu.tv
www.hemoroiduzmani.com
www.facebook.com/drtaviloglu
www.twitter.com/DrTaviloglu
<http://tr.linkedin.com/in/drtaviloglu>

<https://plus.google.com/101286043113581809324>

www.dailymotion.com/DrTaviloglu

www.youtube.com/drtaviloglu

<https://www.facebook.com/Tavilogluproktoloji>

<http://twitter.com/hemoroiduzmani>

www.dailymotion.com/hemoroiduzmani

www.youtube.com/hemoroiduzmani

<http://www.facebook.com/HemoroidUzmani>

=====