

Болезненная менструация является проблемой, с которой сталкиваются большинство женщин. В борьбе с болезненным периодом чаще всего используются обезболивающие лекарства. Однако это не единственный эффективный метод. Во многих случаях их можно заменить травами. Содержащиеся в них вещества полностью натуральны и имеют диастолический и успокаивающий эффект. Лекарственные травы при болезненных менструациях являются хорошей заменой таблеток из аптечки. Они помогают облегчить боль, действуют успокаивающее. Рассмотрим, какие травы помогут при болезненных менструациях.

1. Травы при болезненных менструациях - какие выбрать?

Причины болезненной менструации можно разделить на первичные и вторичные. В первичных случаях возникает повышенный уровень простагландинов, выделяемый в слизистой оболочке матки, и несет ответственность за боль. Эти гормоны увеличивают сокращения матки и усиливают ее чувствительность к боли. Однако в природе существуют травы, содержащие соединения, действующие обратно, в данном случае, диастолические, для того, чтобы облегчить неприятные симптомы. При выборе следует также обратить внимание на успокоительные свойства лекарственных трав.

Так какие же травы наилучшим образом подходят от боли при менструациях?

- Ромашка

Ромашка является одной из наиболее часто используемых трав в медицине. Она помогает снимать менструальные боли благодаря своим диастолическим свойствам. Она также обладает антибактериальным и противовоспалительным действием и ускоряет заживление ран. Кроме того, она часто используется для проблем с пищеварительной системой, так как предотвращает вздутие живота, уменьшает дискомфорт в желудке и улучшает пищеварение. Ее использование отлично влияет на внешний вид, улучшая состояние волос, кожи и ногтей.

- Шалфей

Добавил(а) Оля
12.12.22 17:09 -

Медицинский шалфей является источником многих ценных веществ, таких как витамины А, В и С, каротин, дубильные вещества и минералы. Как и ромашка, он имеет антибактериальное, противовоспалительное, пищеварительное действие, а также регенерирует кожу и волосы. Кроме того, шалфей очень полезен при чрезмерном потоотделении. Кормящим мамам при его использовании следует помнить, что он уменьшает лактацию. Также снижает уровень сахара в крови, что приводит к увеличению аппетита.

- Крапива

Крапива обычно ассоциируется с ее мочегонными свойствами. Она в основном используется людьми, страдающими от камней в почках и задержки воды в организме. Рекомендуются также в случаях проблем с кожей, таких как акне или перхоть. Кроме того, крапива поддерживает работу печени, поджелудочной железы, желудка и кишечника. Необходимо помнить, что нужно использовать ее в небольших количествах, потому что в слишком больших дозах это может привести к вымыванию ценных минералов из организма.

- Календула

Календула используется женщинами не только при болезненных менструациях, но и во время менопаузы, благодаря ее седативному эффекту. Ее благотворное влияние на пищеварительную систему может быть полезно при гастроэнтерите и воспалении желчных протоков и печени.

- Тысячелистник

Диастолическое действие тысячелистника делает его использование полезным при болезненных менструациях и в тяжелых спазмах мочевыводящих путей. Его седативные и снижающие давление свойства полезны в периоды раздражительности и невроза. Тысячелистник способствует пищеварению, снимает вздутие живота и устраняет запоры. Используется для лечения язв, помогает подавлять кровотечение.

Добавил(а) Оля
12.12.22 17:09 -

Содержащиеся в нем фитоэстрогены снимают симптомы менопаузы. Кроме того, он обладает противовоспалительным и антибактериальным действием, поэтому хорошо работает в лечении акне и других поражений кожи.

- Непорочные монахи

Непорочные монахи должны быть известны всем женщинам, из-за их уникальных свойств. Эта трава снимает предменструальное напряжение, регулирует кровотечение, благоприятно влияет на плодovitость и увеличивает выработку молока после родов. Он также может быть полезен во время менопаузы. Следует помнить, что эту траву не следует использовать во время беременности, так как ее влияние на плод неизвестно.

- Полынь

Полынь обладает седативным и успокаивающим действием, снимает менструальные боли и регулирует менструальный цикл. Она также используется как вспомогательное средство для устранения паразитов пищеварительной системы, запора и метеоризма. Однако при применении препаратов с полынью необходимо проявлять крайнюю осторожность, так как она имеет избыточный токсический эффект.

2. Когда следует соблюдать осторожность?

Казалось бы, травы, как натуральные вещества, абсолютно безопасны. Однако это не так, так как неправильное использование может принести больше проблем, чем выгод. Если женщина принимает другие лекарства, то следует проконсультироваться с врачом, чтобы убедиться, что их можно объединить с травами.

Например, прием седативных средств или снотворного является противопоказанием к потреблению настоев календулы, так как усиливает их действие. Также нужно обратить внимание, не вызовет ли та или иная трава аллергию. Необходимо внимательно наблюдать за организмом после введения новых трав и при симптомах аллергии сразу же перестать их использовать.

Добавил(а) Оля
12.12.22 17:09 -

Во время беременности следует проконсультироваться с врачом по вопросам потребления всех травяных настоев, так как влияние многих из них на развитие плода неизвестно.

3. В каких случаях лекарственные травы не помогут?

Болезненные менструации также могут быть вторичной болью. Это означает, что боль вызвана возникновением эндометриоза, миомы или полипов матки, кисты или воспаления яичников. В этом случае боль часто возникает не с начала менструации, а появляется с возрастом. В этой ситуации, лекарственных трав, безусловно, не достаточно. В таких случаях необходимо обращаться к врачу-специалисту, чтобы диагностировать и вылечить проблему.

=====

Если у Вас или Ваших близких есть новообразования (доброкачественные, злокачественные), пишите мне на электронную почту Olia-78@mail.ru.

Помогу Вам разобраться в тонкостях лечения настойками и сборами трав. Подберу схему приёма настоев, учитывая диагноз и сопутствующие заболевания (БЕСПЛАТНО).

+7-962-890-36-52 Билайн (ватсап, вайбер, Телеграм)

+7-989-750-01-99 МТС.