

Para: \_\_\_\_\_

## USO LOCAL

### 1- Banhos de assento em água morna no tratamento da hemorroida

- Banhos de assento em água morna, 2 vezes ao dia, durante 10 a 15 minutos.
- A água deve ser de morna para quente, mas tendo o cuidado para não se queimar. Além disso, não é preciso colocar uma grande quantidade de água, somente o suficiente para que a água quente cubra a região genital.
- Depois do banho de assento deve-se secar muito bem a região com uma toalha macia ou secador de cabelo.
- As bacias grandes e banheiras de bebês são indicadas porque não gastam água desnecessária e são confortáveis e fáceis de colocar em baixo do chuveiro.

### Banho de assento com camomila


A camomila tem ação calmante e cicatrizante, e pode ser usada como banho de assento promovendo a vasodilatação e aliviando a dor e o desconforto em poucos minutos.

#### Ingredientes

- »» Cerca de 3 litros de água quente
- »» 3-5 envelopes de chá de camomila

#### Modo de preparo

Colocar o chá de camomila na água e sentar nu dentro da bacia, e permanecer por 20-30 minutos.

  
**Dr. Derival Nelmo Afonso dos Santos**  
CRM-MG 24432