**Wasir (HEMOROID)**

Adalah kondisi pembengkakan atau peradangan pada pembuluh darah di sekitar anus atau rektum. Kondisi ini terjadi akibat peningkatan tekanan pada pembuluh darah di area tersebut, sering kali disebabkan oleh sembelit, kehamilan, atau aktivitas yang melibatkan mengejan berlebihan. Wasir dapat menyebabkan rasa sakit, gatal, dan pendarahan saat buang air besar. Meskipun umumnya tidak serius, wasir dapat memengaruhi kualitas hidup jika tidak ditangani dengan baik.

**PENYEBAB PENYAKIT**

**A. Faktor Medis Modern:**

* Sembelit Kronis: Mengejan saat buang air besar meningkatkan tekanan pada pembuluh darah anus.
* Kehamilan: Peningkatan tekanan di perut akibat pertumbuhan janin.
* Obesitas: Berat badan berlebih memberikan tekanan tambahan pada pembuluh darah di area anus.
* Duduk Terlalu Lama: Duduk dalam waktu lama, terutama di toilet, dapat meningkatkan risiko wasir.
* Usia Lanjut: Penurunan elastisitas jaringan tubuh seiring bertambahnya usia.

**B. Faktor Herbal & Thibb An-Nabawi:**

* Akumulasi Racun Tubuh: Disebabkan oleh konsumsi makanan tidak sehat atau kurang detoksifikasi.
* Kelemahan Organ Internal: Terutama ginjal dan hati, yang memengaruhi kesehatan pencernaan dan metabolisme tubuh.
* Makanan Tidak Sehat: Konsumsi makanan rendah serat, tinggi lemak, dan rendah nutrisi dapat menyebabkan sembelit dan memicu wasir.

**TANDA & GEJALA**

* Nyeri atau ketidaknyamanan di area anus, terutama saat duduk atau buang air besar.
* Gatal atau iritasi di sekitar anus.
* Pembengkakan atau benjolan di sekitar anus.
* Pendarahan ringan saat buang air besar (darah biasanya berwarna merah terang).
* Sensasi "penuh" di rektum setelah buang air besar.
* Keluarnya lendir dari anus.

**MEKANISME PENYAKIT**

* + Peningkatan Tekanan: Tekanan berlebih pada pembuluh darah di area anus menyebabkan pembuluh darah membengkak dan meradang.
  + Gangguan Aliran Darah: Aliran darah yang terganggu menyebabkan pembentukan hemoroid internal atau eksternal.
  + Komplikasi: Jika tidak ditangani, dapat menyebabkan trombosis (pembekuan darah) atau infeksi.

**FAKTOR RISIKO**

* + Sembelit kronis: Mengejan saat buang air besar secara terus-menerus.
  + Kehamilan: Terutama pada trimester ketiga dan saat persalinan.
  + Obesitas: Berat badan berlebih meningkatkan tekanan pada pembuluh darah anus.
  + Usia lanjut: Penurunan elastisitas jaringan tubuh.
  + Riwayat keluarga dengan wasir.

**SARAN PENGOBATAN**

**A. Pengobatan Medis**

1. Perawatan Rumah:

* Menggunakan salep atau krim anti-inflamasi untuk mengurangi nyeri dan pembengkakan.
* Mandi air hangat (sitz bath) untuk meredakan iritasi dan nyeri.

2. Obat Laksatif:

* + Untuk mengatasi sembelit dan melunakkan tinja.

3. Prosedur Medis:

* + Skleroterapi: Menyuntikkan obat untuk menyusutkan hemoroid.
  + Ligasi Karet: Mengikat hemoroid dengan karet untuk memotong aliran darah.
  + Operasi: Hemoroidektomi dilakukan jika kondisi parah atau tidak responsif terhadap pengobatan lain.

**B. Pengobatan Herbal & Thibb An-Nabawi**

1. Herbal & Ramuan:

* + Daun Sirih: Direbus dan digunakan untuk mencuci area anus untuk meredakan iritasi.
  + Kunyit: Bersifat antioksidan dan anti-inflamasi, membantu mengurangi pembengkakan.
  + Madu Murni: Dikonsumsi untuk mendukung regenerasi sel dan daya tahan tubuh.
  + Kayu Manis: Membantu meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi peradangan.
  + Jahe: Diminum sebagai teh untuk mengurangi peradangan dan meningkatkan pencernaan.

2. Terapi Bekam (Hijamah):

* Titik Bekam: Area lokal di punggung bawah atau perut untuk memperbaiki aliran darah dan mengurangi tekanan.
* Frekuensi: Setiap 2 minggu sekali sesuai kondisi pasien.

3. Konsumsi Talbinah (Bubur Gandum): Membantu menjaga kesehatan pencernaan dan mengurangi sembelit.

**REKOMENDASI DIET**

**A. Makanan yang Disarankan:**

* + Serat Tinggi: Oatmeal, biji-bijian utuh, sayuran, dan buah-buahan untuk melunakkan tinja.
  + Air Putih: Untuk menjaga hidrasi tubuh dan mendukung detoksifikasi.
  + Probiotik Alami: Yogurt tanpa gula untuk mendukung keseimbangan flora usus.
  + Antioksidan Tinggi: Buah-buahan seperti jeruk, stroberi, apel, dan sayuran hijau.
  + Makanan Kaya Zat Besi: Bayam, kacang-kacangan, dan daging tanpa lemak untuk mencegah anemia akibat pendarahan.

**B. Makanan yang Harus Dihindari:**

* + Makanan rendah serat: Roti putih, nasi putih, dan makanan olahan.
  + Makanan pedas: Dapat memperparah iritasi di area anus.
  + Makanan gorengan: Keripik, gorengan, dan makanan cepat saji.
  + Minuman berkafein: Kopi, teh hitam, dan minuman energi dapat menyebabkan dehidrasi.

**MODIFIKASI GAYA HIDUP**

* + Konsumsi makanan tinggi serat dan minum air yang cukup untuk mencegah sembelit.
  + Hindari mengejan berlebihan saat buang air besar.
  + Batasi waktu duduk di toilet dan hindari membaca atau menggunakan ponsel saat buang air besar.
  + Lakukan aktivitas fisik secara teratur untuk meningkatkan sirkulasi darah.
  + Tidur yang cukup (7-8 jam per malam) untuk mendukung pemulihan tubuh.

**SUPLEMEN YANG DIREKOMENDASIKAN**

* + Vitamin C: Mendukung pembentukan kolagen dan memperkuat pembuluh darah.
  + Magnesium: Mengurangi spasme otot dan mendukung relaksasi jaringan.
  + Zinc: Meningkatkan fungsi kekebalan tubuh dan membantu proses penyembuhan.
  + Probiotik: Meningkatkan kesehatan pencernaan dan mendukung detoksifikasi tubuh.
  + Omega-3: Mengurangi peradangan dan mendukung kesehatan pembuluh darah.

**TANDA-TANDA PEMULIHAN**

* + Berkurangnya rasa sakit atau ketidaknyamanan di area anus.
  + Hilangnya pendarahan saat buang air besar.
  + Normalisasi fungsi pencernaan (tidak ada sembelit atau diare).
  + Pemulihan elastisitas jaringan dan hilangnya benjolan.
  + Peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan.

Berikut adalah Formula Kapsul Herbal untuk Wasir dengan pendekatan berbasis reseptor dan ritme sirkadian. Formula ini dirancang untuk membantu meredakan gejala wasir, seperti pembengkakan vena di area anus, nyeri, peradangan, serta pendarahan ringan. Fokus utama formula ini adalah pada pengurangan inflamasi, perlindungan jaringan dari kerusakan oksidatif, serta mendukung regenerasi jaringan dan peningkatan aliran darah.

---

Formula Kapsul Herbal (Netto 600 mg/kapsul)

Terbuat dari 5 bahan ekstrak herbal terstandar dengan salah satu bahannya adalah ekstrak biji Nigella sativa, diformulasikan khusus untuk:

- Meredakan Peradangan & Pembengkakan pada Wasir

- Melindungi Jaringan Anus dari Kerusakan Oksidatif

- Meningkatkan Aliran Darah & Mendukung Regenerasi Jaringan

Berbasis Reseptor & Ritme Sirkadian Vaskular & Gastrointestinal

---

Target Terapi

Reseptor & Jalur Target:

1. NF-κB Pathway:

- Mengurangi inflamasi kronis yang menyebabkan pembengkakan dan nyeri pada wasir.

2. Nrf2 Pathway:

- Melindungi sel-sel jaringan anus dari kerusakan akibat stres oksidatif.

3. COX-2 Pathway:

- Menghambat produksi prostaglandin yang menyebabkan nyeri dan inflamasi di area wasir.

4. Nitric Oxide (NO) Pathway:

- Meningkatkan vasodilatasi pembuluh darah untuk meningkatkan aliran darah dan mengurangi tekanan pada vena anus.

5. Collagen Synthesis Pathway:

- Memperkuat jaringan kolagen untuk mendukung regenerasi jaringan anus yang rusak.

Sirkadian Focus:

- Aktivitas inflamasi cenderung meningkat pada malam hari akibat penurunan aktivitas metabolisme tubuh.

- Proses regenerasi jaringan dan detoksifikasi alami tubuh lebih optimal pada pagi–siang hari.

---

🌿 Komposisi per Kapsul (600 mg):

| Nama Herbal (Bagian) | Dosis | Senyawa Aktif | Fungsi Utama |

|---------------------------------|-----------|----------------------------|-----------------------------------------------|

| Nigella sativa (biji) | 120 mg | Thymoquinone | Antioksidan, pelindung jaringan, antiradang |

| Curcuma longa (rimpang) | 120 mg | Kurkumin | Antiinflamasi, pelindung jaringan |

| Centella asiatica (daun) | 120 mg | Asiaticoside, madecassoside | Memperkuat jaringan kolagen, regenerasi sel |

| Glycyrrhiza glabra (akar) | 120 mg | Glycyrrhizin | Antiinflamasi, menyeimbangkan hormon |

| Zingiber officinale (rimpang) | 120 mg | Gingerol, shogaol | Meredakan nyeri, antiinflamasi |

Total Netto: 600 mg/kapsul

---

Mekanisme Aksi Sinergis:

1. Nigella sativa + Curcuma longa:

- Thymoquinone dan kurkumin bekerja sinergis untuk mengurangi inflamasi dan melindungi jaringan anus dari kerusakan oksidatif.

2. Centella asiatica + Zingiber officinale:

- Asiaticoside dan gingerol memperkuat jaringan kolagen serta meredakan nyeri dan inflamasi pada area wasir.

3. Glycyrrhiza glabra + Nigella sativa:

- Glycyrrhizin dan thymoquinone mendukung regenerasi jaringan dan mengurangi inflamasi kronis.

4. Aktivasi NF-κB & COX-2 Pathway:

- Mengurangi produksi prostaglandin dan inflamasi yang menyebabkan pembengkakan dan nyeri pada wasir.

5. Nitric Oxide (NO) Pathway:

- Meningkatkan aliran darah ke area anus untuk mengurangi tekanan pada vena dan mendukung penyembuhan.

---

Aturan Konsumsi (Berbasis Ritme Sirkadian):

| Waktu Konsumsi | Dosis | Fungsi Ritmik |

|-------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|

| Pagi (07.00–08.00) | 1 kapsul sebelum sarapan | Menyiapkan sistem pencernaan untuk aktivitas harian dan mendukung detoksifikasi pagi |

| Siang (13.00–14.00)| 1 kapsul sesudah makan | Mendukung regenerasi jaringan setelah makan |

| Malam (20.00–21.00)| 1 kapsul setelah makan malam | Memaksimalkan proses pemulihan dan mengurangi inflamasi malam |

---

Catatan Penggunaan:

- Dapat digunakan sebagai terapi tambahan untuk penderita wasir ringan hingga sedang atau sebagai pencegahan bagi individu dengan risiko tinggi.

- Hindari konsumsi bersama obat antiinflamasi seperti NSAID tanpa konsultasi dokter.

- Disarankan menjaga pola hidup sehat dengan diet tinggi serat, minum air putih cukup (minimal 2 liter/hari), dan menghindari mengejan saat buang air besar.

- Jika gejala seperti nyeri hebat, pendarahan berlebih, atau pembengkakan tidak membaik, segera konsultasikan ke dokter.

---

Kesimpulan:

Formula kapsul herbal ini dirancang untuk memberikan solusi holistik bagi penderita wasir melalui kombinasi bahan herbal yang bekerja sinergis. Pendekatan berbasis reseptor (NF-κB, Nrf2, COX-2, Nitric Oxide) dan ritme sirkadian membuat formula ini efektif dalam mengurangi inflamasi, melindungi jaringan anus, serta mendukung regenerasi jaringan.