

## kabızlık ve ağırlık kaldırma

Gönderen : desperado10 - 10/10/2014 09:26

İyi çalışmalar hocam eski hastalarınızdanım ve kısa bir sorum olacak. Yaşım 43. 3 yıl önce ishalden dolayı kolonoskopi yapıldı ve sonuç temiz çıktı. Polip dahi çıkmadı.

Şu anda kabızlığım var. 2 haftaya yakındır rahat bir şekilde ve tam olarak dışkılayamamaktayım. Sadece uzun oturular sonucunda ıkınmadan küçük parçalar halinde büyük abdestimi yapabiliyorum.

Bu süreçte hayatımdaki değişiklikler: 2 haftadır izinliyim ve beslenme düzenim değişti. Biraz stresli bir konu yaşadım, yaşıyorum. Bir de yaklaşık 1 aydır ağır halter çalışmaları yapmaya başladım.

Ağır kaldırmak kabızlık nedeni olabilir mi?

Çok teşekkürler.

Saygılarımla,

## Cvp:kabızlık ve ağırlık kaldırma

Gönderen : DrTaviloglu - 10/10/2014 11:57

Size geçmiş olsun, öncelikle merak ettiğiniz noktaya yanıt vererek açıklamama başlayacağım. Ağırlık kaldırma sonrasında kabızlık (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/kabizlik-konstipasyon.html>) geliştiğine dair bilimsel bir kanıt yoktur. Üç yıl önce yapılan kolonoskopi (<http://www.taviloglu.com/endoskopi/kolonoskopi.html>) tetkikinde bir sorun belirlenmediğini, ancak yoğun bir stres sonrasında iki haftadan beri dışkılama zorluğu (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/diskilama-guclugu.html>) ve dışkının tam boşalmaması (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/diskinin-tam-bosalmamasi.html>) gibi sorunlar yaşadığınızı belirtmişsiniz. Ağırlık (halter vb.) kaldırma oluşabildiği bilinen sorunlar basur (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/hemoroid-basur.html>) ve makat sarkmasıdır (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/rektal-prolapsus-makat-sarkmasi.html>). Mevcut sorunlarınız ise başlıca: huzursuz bağırsak sendromu (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/irritabil-huzursuz-bagirsak-sendromu.html>), soliter rektal ülser sendromu (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/soliter-rektal-ulser-sendromu-2.html>), basur (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/hemoroid-basur.html>), makat yırtığı (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/makatta-catlak-anal-fissur.html>), makat sarkması (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/rektal-prolapsus-makat-sarkmasi.html>), kabızlık (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/kabizlik-konstipasyon.html>), anismus (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/anismus.html>), bağırsak kanseri (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/bagirsak-kanseri.html>), makat kanseri (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/makat-kanseri.html>), rektum kanseri (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/rektum-kanseri.html>), bağırsağın divertiküler hastalığı (<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/bagirsagin-divertikuler-hastaligi.html>), vb. nedenlerle görülür. Bu tür durumda incelemelere detaylı bir makat muayenesi (<http://www.taviloglu.com/makat-bolgesi-hastaliklari/makat-muayenesi.html>) ve anoskopi (<http://www.taviloglu.com/endoskopi/anoskopi.html>) tetkiki ile başlanır. Kolorektal cerrahi ve proktoloji

(<http://www.taviloglu.com/bagirsak-hastaliklari/kolorektal-cerrahi-ve-proktoloji.html>) ile ilgili tüm ameliyatsız ve ameliyatlı tedavileri gerçekleştiren ekibimizden yardım almak isterseniz, randevu hattımızı (<http://www.taviloglu.com/iletisim.html>) arayabilirsiniz.

Saygılarımla,

Dr. Korhan Tavioloğlu  
Genel Cerrahi Profesörü  
[www.taviloglu.com](http://www.taviloglu.com)  
[www.tavilogluproktoloji.com](http://www.tavilogluproktoloji.com)  
[www.facebook.com/drtaviloglu](http://www.facebook.com/drtaviloglu)  
[www.twitter.com/DrTaviloglu](http://www.twitter.com/DrTaviloglu)  
<http://tr.linkedin.com/in/drtaviloglu>  
[www.dailymotion.com/DrTaviloglu](http://www.dailymotion.com/DrTaviloglu)  
[www.youtube.com/drtaviloglu](http://www.youtube.com/drtaviloglu)  
[www.genelcerrah.com](http://www.genelcerrah.com)  
[www.drtaviloglu.tv](http://www.drtaviloglu.tv)  
[www.kanserbilgileri.net](http://www.kanserbilgileri.net)  
[www.kansercerrahisi.com](http://www.kansercerrahisi.com)  
[www.kildonmesisikayeti.com](http://www.kildonmesisikayeti.com)  
[www.barsakcerrahisi.com](http://www.barsakcerrahisi.com)  
[www.hemoroidbilgisi.com](http://www.hemoroidbilgisi.com)  
[www.makattacatlak.com](http://www.makattacatlak.com)  
[www.hemoroiduzmani.com](http://www.hemoroiduzmani.com)  
[www.dailymotion.com/hemoroiduzmani](http://www.dailymotion.com/hemoroiduzmani)  
[www.youtube.com/hemoroiduzmani](http://www.youtube.com/hemoroiduzmani)  
<http://www.facebook.com/HemoroidUzmani>  
<https://www.facebook.com/Tavilogluproktoloji>  
<http://twitter.com/hemoroiduzmani>

=====