

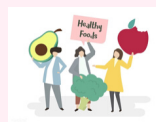
Cosa è?

É l'infiammazione della vescica urinaria, spesso provocata da un batterio intestinale che entra alle vie urinarie. Rapporti sessuali frequenti possono favorire l'ingresso di questi batteri. Esistono però anche forme di cistite non associate a un'infezione batterica.

Come prevenirla.?



Bere molto e spesso acqua, tisane (malva e Calendula) e succhi come per esempio quelli al mirtillo



Dieta ricca di frutta e verdura.



Per l'igiene intima usare solo acqua o sapone con Ph neutro. Pulire dalla vagina verso l'ano.



Fare la pipí dopo ogni rapporto sessuale.



Cambiare il preservativo quando si passa dal rapporto anale a quello vaginale. Evitare la masturbacion vaginale se le dita hanno toccato l'ano.



Indossare biancheria intima di cotone.

Quali sono i sintomi ?



Dolore e bruciore mentre si fa la pipí.



Stimolo frequente ad urinare.



Cambiamento del colore e dell'odore dell'urina (torbida e maleodorante).



Sangue nell'urina.

Come si cura?

Non sempre è necessario ricorrere alla terapia antibiotica.

La maggior parte degli episodi di cistite si risolvono spontaneamente bevendo molta acqua (l'espulsione dell'urina elimina gradualmente i germi).

Si possono usare alcune sostanze come il D-mannosio e altri rimedi naturali molto efficaci ad esempio il mirtillo rosso e la vitamina C.



Se i sintomi peggiorano e si manifesta febbre, si consiglia di consultare il medico.

Se hai dei sintomi chiamaci per una consulenza.