

O que é?

É a inflamação da bexiga urinária, geralmente causada por uma bactéria intestinal que entra no trato urinário. Relações sexuais freqüentes podem favorecer a entrada dessas bactérias. Existem também formas de cistite não associadas a uma infecção bacteriana.

Como é evitado?



Beber água muitas vezes ao dia, chás de ervas (malva e calêndula) e sucos, como por exemplo, suco de mirtilo.



Mantenha uma Dieta rica em frutas e legumes.



Para higiene íntima, use somente água ou sabão com pH neutro.
Limpe começando da vagina até o ânus.



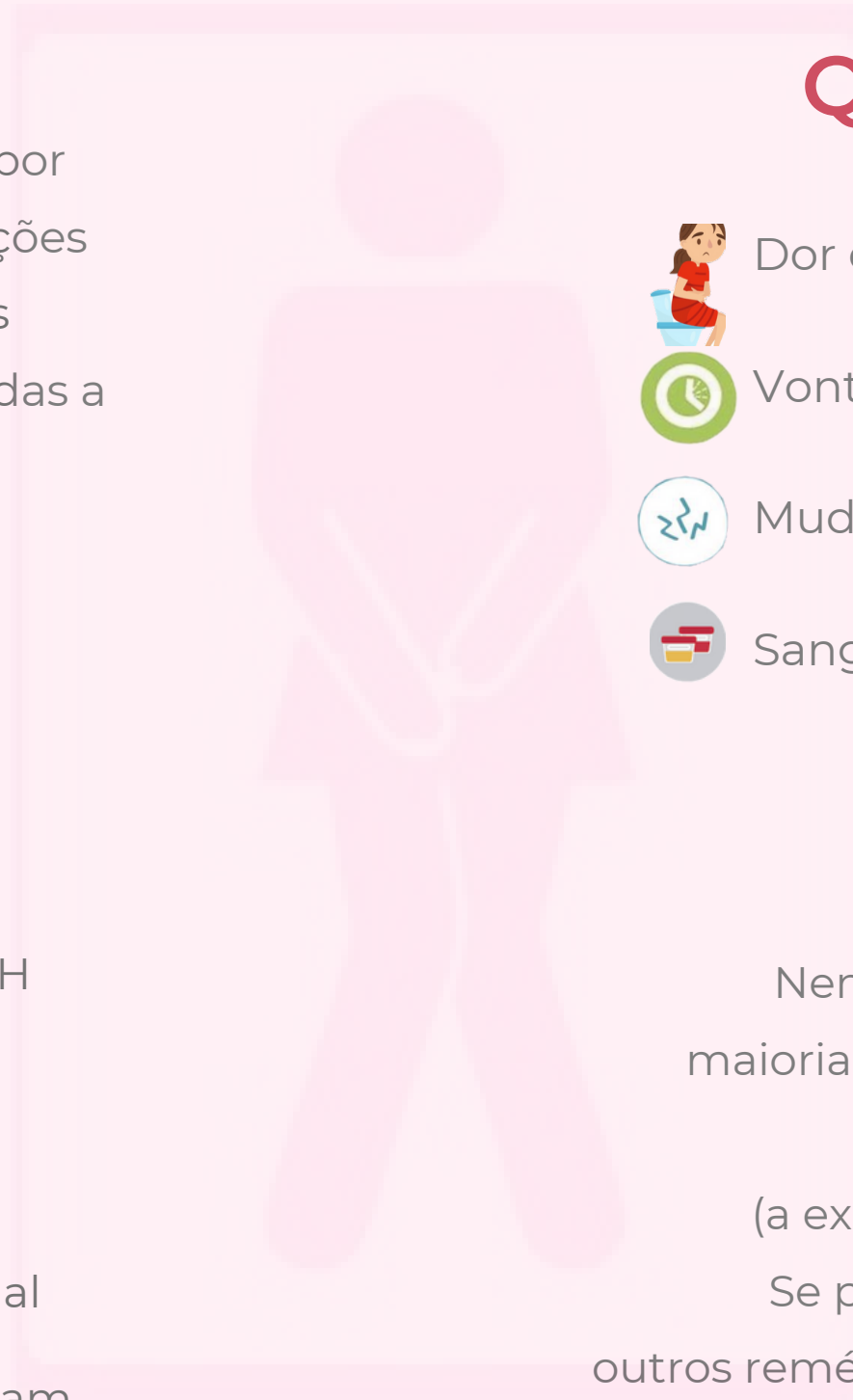
Faça xixi após cada relação sexual.



Trocar o preservativo quando se passa da relação vaginal para anal.
Evite também a masturbação vaginal se os dedos tocaram o ânus.



Use roupas íntima de algodão.



Quais são os sintomas?



Dor e queimação enquanto faz xixi.



Vontade frequente de urinar.



Mudança na cor e cheiro da urina (Túrbida e malcheirosa).



Sangue na urina.

Como é tratada?

Nem sempre é necessário recorrer aos antibióticos. A maioria dos episódios de cistite se resolve espontaneamente, bebendo muita água

(a excreção da urina elimina gradualmente os germes).

Se pode usar algumas substâncias como D-manose e outros remédios naturais muito eficazes, como o mirtilo e vitamina C.



Se os sintomas piorarem e se tiver febre, é aconselhável consultar um médico.

Para uma consulta pode nos chamar.

