

Cistita

Ce este?

Este o inflamație a vezicii urinare, adesea cauzată de o bacterie intestinală care intră în tractul urinar. Contactul sexual frecvent poate favoriza intrarea acestor bacterii. Cu toate acestea, există, de asemenea, forme de cistita care nu sunt asociate cu o infecție bacteriană.

Cum se previne?



Beți multă apă, ceaiuri de plante (ienupar și gălbenele) și sucuri cum ar fi cele de afine.



Dietă bogată în fructe și legume.



Pentru igiena intimă folosiți numai apă sau săpun cu pH neutru. La baie sau toaletă ștergeți-vă întotdeauna de la organul genital înspre anus.



Urinați după fiecare act sexual.



Schimbați prezervativul când treceți de la raportul anal la cel vaginal. Evitați masturbarea vaginală în cazul în care degetele au atins anusul.



Purtați lenjerie intima de bumbac.



În cazul în care simptomele se agravează și apare febra este recomandabil să se consulte medicul specialist.

Care sunt simptomele ?



Durere și usturime în timpul urinării.



Nevoia frecventă de a urina.



Schimbarea culorii și mirosului urinei (tulbure și urat mirositoare)



Sânge în urină.

Cum se tratează?

Terapia cu antibiotice nu este întotdeauna necesară.

Cele mai multe cazuri de cistita se rezolvă spontan consumând multă apă (expulzarea urinei elimină treptat germenii).

Puteți utiliza anumite substanțe, cum ar fi D-mannosio și alte remedii naturale foarte eficiente, de exemplu afine roșii și vitamina C.

Dacă aveți simptome, contactați-ne pentru o consultare.

