



CISTITE.INFO APS

Schema PREVENZIONE CISTITE POST COITALE (da luna di miele)

NOME PRODOTTO CONSIGLIATO
(click/tap sui prodotti per info ?)

		1°gior	2°gior	3°gior	4°gior			
CURA ORALE	PUROMAN Act ? 1 grammo (1 misurino) - Scala la dose solo se non compaiono sintomi - Assumi a stomaco vuoto - Ultima cp prima di dormire	H 7.00				H 7.00		
		H 10.00				H 10.00		
		H 13.00	1g	1g		H 13.00		
		H 18.00	1g	1g	1g	H 18.00		
		H 21.00				H 21.00		
		H 23.00	1g	1g	1g	H 23.00		
		Assumi 1 gr. subito dopo il rapporto						
	PURODEFEND Urto ?	H 8.00	1	1	1	(1)	H 8.00	
		H 14.00	1				H 14.00	
		H 20.00	1	1	(1)	(1)	H 20.00	
REGOBASIC o bicarb. di sodio ? (alcalinizzanti) solo se ph inferiore a 6	mattina	X	X			mattina		
	sera	X	X	X		sera		
TISANA MEG ? Malva equisetto gramigna		Solo se c'è dolore 2 litri durante il giorno						
CURE LOCALI	AUTOMASSAGGIO ?	Prima del rapporto						
	LUBRIFICANTE PUROMAN GEL ?	Applica durante il rapporto						
	CALORE ?	mattina	Solo se ci sono sintomi				mattina	
		pomeriggio					pomeriggio	
sera		sera						
KEGEL REVERSE ?		Effettua i kegel reverse Prima e durante il rapporto				mattina		
						pomeriggio		
						sera		
ESAMI	URINOCOLTURA	Solo se ci sono sintomi				mattina		
	STICK URINE ?	X	X	X	X	mattina		

I soci di Cistite.info APS onlus hanno diritto ad uno sconto sull'acquisto della maggior parte dei prodotti consigliati.

Scopri le nostre CONVENZIONI ?

IMPORTANTE!

Prima del rapporto svuota la vescica. Aumenta i preliminari e riduci i tempi di penetrazione. Rifiuta il rapporto se non sei sufficientemente lubrificata ed eccitata
Dopo il rapporto lavati con acqua tiepida e Puroman detergente intimo ?. Dopo il rapporto spalma una crema lenitiva (**Puronerv ?**, **Vitamina E spray ?**, **Allantoina ?**, **Pantenolo ?**, **VEA**, **olio di mandorle ?**) Dopo il rapporto bevi mezzo litro di acqua e almeno 2 litri nelle 24 ore successive (con **Purodefend MEG ?** in caso di dolore)
In caso di cistite seguire il protocollo per la fase acuta ?. Ripristinare l'equilibrio vaginale Tramite **Protocollo Miriam ?.** Evita contraccettivi di sintesi (pillola, cerotto, spirale medicata, anello, ecc.) E utilizza metodi naturali (profilattici, Apparecchiature **Babycomp ?**, ecc)

Hai bisogno di aiuto? Contattaci!



Chatta con la nostra esperta sul nostro sito (in basso a destra troverai questa icona)



ATTENZIONE! I consigli riportati sono il frutto di un costante confronto tra donne affette da patologie urogenitali, che in nessun caso vogliono e possono sostituire la prescrizione di un trattamento o il rapporto diretto con il proprio medico curante. Si raccomanda pertanto di chiedere il parere del proprio medico prima di mettere in pratica qualsiasi consiglio.

Si ringraziano gli sponsor che consentono a Cistite.info APS di portare avanti la ricerca, dare un aiuto concreto alle donne in difficoltà, organizzare eventi, mantenere in vita il sito e i nostri social e sostenere le spese di gestione dell'associazione. Senza il sostegno degli sponsor tutto ciò non sarebbe possibile. Scegliamo esclusivamente i partner in linea con i nostri principi e la nostra etica e i cui prodotti o servizi si siano rivelati realmente utili, sicuri ed efficaci su un cospicuo numero di soci.

IRIMEDI DEL
DR. TILI



www.dottorilli.it

