

# CISTITIS

Causas y  
Prevención

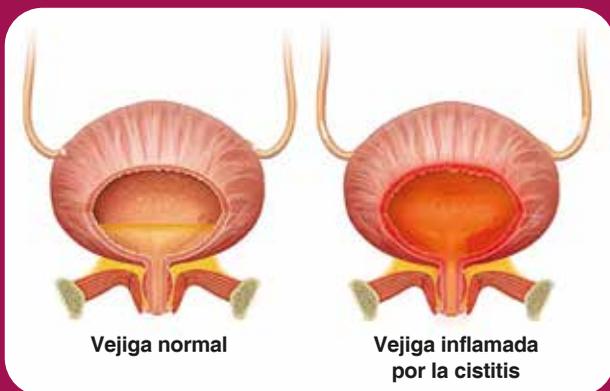
La Cistitis es el término médico que se refiere a la inflamación de la vejiga. La mayoría de las veces, la inflamación es causada por una infección bacteriana y puede ser **dolorosa, molesta y convertirse en un grave problema de salud** si se propaga a los riñones.

## ¿Por qué se produce?

La Cistitis es causada por gérmenes; por lo regular bacterias que ingresan a la uretra y luego a la vejiga. Estas bacterias pueden llevar a una infección, casi siempre en la vejiga pudiendo diseminarse a los riñones.

## ¿Cuáles son los síntomas?

- Necesidad fuerte y persistente de orinar.
- Sensación de ardor al orinar.
- Orina turbia, con fuerte olor o con sangre.
- Dolor en el área pélvica.
- Sensación de presión en la parte baja del abdomen.
- Fiebre baja.



**Monurol**® Una sola toma para  
el Fin de la Cistitis

Fosfomicina trometamol

# 7

## Consejos para su prevención

01

Beba muchos líquidos, en especial agua. Lo recomendado es de 8 a 10 vasos diarios.



02

Límpiese de adelante para atrás después de defecar; esto evita que las bacterias de la región anal, se propaguen a la vagina y a la uretra.



03

Orine luego de haber mantenido relaciones sexuales.



04

Orine con frecuencia. Si siente la necesidad de orinar, no evite ir al baño.



05

Mantenga una adecuada higiene íntima. No utilice jabones fuertes.



06

Evite vestir ropa muy ajustada, así como ropa interior de nylon.



07

Evite el estreñimiento con un buen equilibrio de su alimentación. Incluya en su dieta: fruta, verdura y fibra.

