

Chronische Blasenentzündung

Folge der Anleitung, indem du auf das Feld deiner Wahl klickst



Vorbeugung einer akuten Blasenentzündung
und Wiederaufbau der Abwehrkräfte der Blase

Orale Behandlung

Lokale Behandlung

Check-up

Nützliche Tipps

Wir möchten uns bei den Sponsoren bedanken, die es Cistite.info APS ermöglichen Forschung zu betreiben, Frauen in Not konkret zu helfen, Veranstaltungen zu organisieren, die Website und unsere sozialen Netzwerke zu erhalten und die laufenden Kosten des Vereins zu decken. Ohne die Unterstützung von Sponsoren wäre dies nicht möglich. Wir wählen nur Partner aus, die mit uns und unserer Vision übereinstimmen und deren Produkte oder Dienstleistungen sich bei einer großen Zahl von Mitgliedern als wirklich nützlich, sicher und wirksam erwiesen haben.

Brauchst du Hilfe?

Kontaktiere
uns über den Chat
auf der [Website](#)



DR. TILI
rimedi

 **Puro**
Per la tua salute intima



CISTITE.INFO APS





Orale Behandlung

Klicke auf den Produktnamen, um weitere Informationen darüber zu erhalten



	1., 2. Woche							3., 4. Woche							5., 6. Woche							7., 8. Woche						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7

Puroman reine D-Mannose

1 Messlöffel oder 2 Kapseln (1 gr) - Dosierung nur bei Besserung verringern - auf leeren Magen einnehmen

Uhr 10.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•							
Uhr 15.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•														
Uhr 23.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

Purorepair Gag plus

Repariert das Gewebe der Vulva und der Blase - Bei Besserung der Symptome Dosierung verringern

Uhr 10.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	•	•	•	•	•	•	•
Uhr 15.00	•	•	•	•	•	•	•	nur die erste Woche																				
Uhr 21.00	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

Regobasic (alkalisierend)

oder Magnesium

NUR einnehmen wenn der ph-Wert unter 6 liegt

Vormittag	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Abend	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

Purodefend Urto

Unterstützt die Abwehrkräfte des Körpers

Vormittag	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	Nur bei Schmerzen						
Abend	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•														



Lokale Behandlung

Klicke auf den Produktnamen, um weitere Informationen darüber zu erhalten



	1., 2. Woche							3., 4. Woche							5., 6. Woche							7., 8. Woche						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Selbstmassage																												
Abend	•		•		•				•					•	•						•						•	
Dermomagnesium	1 Sprühstoß auf den Unterbauch																											
Abend	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•		•		•	•		•		•		•

	1. Woche							2. Woche							3. Woche							4. Woche						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Kegel Reverse Übungen	3 Mal täglich für 5 Minuten durchführen - variere die Übungen																											
Vormittag		•		•		•	•		•	•		•	•	•	•		•	•	•		•	•	•		•	•	•	
Nachmittag		•		•		•	•		•	•		•	•	•	•		•	•	•		•	•	•		•	•	•	
Abend		•		•		•	•		•	•		•	•	•	•		•	•	•		•	•	•		•	•	•	

	5. Woche							6. Woche							7. Woche							8. Woche						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Vormittag	•		•	•	•	•		•	•	•	•		•	•	•	•	•	•		•	•							
Nachmittag																						•	•	•	•		•	
Abend	•		•	•	•	•		•	•	•	•		•	•	•	•	•	•		•	•							



Check-up

Klicke auf den Produktnamen, um weitere Informationen darüber zu erhalten



	1. Woche							2., 3., 4. Woche							5. Woche							7., 8. Woche								
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7		
Urin Teststreifen																														
Vormittag	•						•							•								•								•

	1. Woche							2. Woche							3. Woche							4. Woche								
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7		
Urinkultur																														
Vormittag	•																													

	5. Woche							6. Woche							7. Woche							8. Woche						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Vormittag	•	Wenn negativ, Dosierung verringern																				Wenn negativ, beenden						•

Werde Mitglied bei Cistite.info und erhalte 20% Rabatt auf viele der empfohlenen Produkte!

Nützliche Tipps

Ja!

- Wenig und oft trinken (etwa 50 ml alle 20 Minuten)
- Verwende beim Geschlechtsverkehr immer ein Gleitmittel ([PUROMAN GEL](#))
- Nach dem Geschlechtsverkehr ein warmes Bad nehmen und eine reepithelisierende/beruhigende Creme auftragen ([Puronerv](#), [Vitamin E Spray](#), [Allantoin](#), [Panthenol](#), [Mandelöl](#), VEA, TIOBEC, [Aloe vera](#))
- Sollte eine Blasenentzündung auftreten, befolge das [Behandlungsschema für die akute Blasenentzündung](#).
- Befolge nach dem Geschlechtsverkehr das [Schema zur Vorbeugung einer postkoitalen Blasenentzündung](#).

Nein!

- Den Urin nicht länger als 4 Stunden am Tag zurückhalten
- Saure oder [oxalatreiche](#) Lebensmittel vermeiden

ACHTUNG! Die hier gegebenen Ratschläge sind das Ergebnis aus der Erfahrung von Frauen die unter urogenitalen Beschwerden leiden und sind keinesfalls als Ersatz für die von deinem Arzt verschriebene Behandlung gedacht. Wir empfehlen deshalb, dass du deinen Arzt kontaktierst bevor du die hier gegebenen Ratschläge oder Empfehlungen anwendest.

