

Postkoitale Blasenentzündung

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



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



| | Tag | | | |
|-------------------------------|---------------------|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 |
| Puroman Act D-Mannose* | 1 Messlöffel (1 gr) | | | |
| Uhr 7.00 | • | • | • | |
| Uhr 10.00 | | | | • |
| Uhr 13.00 | • | • | | |
| Uhr 18.00 | • | • | • | |
| Uhr 23.00 | • | • | • | • |
| Nach dem Geschlechtsverkehr | • | • | • | • |

| Purodefend Urto | Unterstützt die natürlichen Abwehrkräfte zur Bekämpfung von Infektionen | | | |
|------------------------|---|---|-----|-----|
| Uhr 8.00 | • | • | • | (•) |
| Uhr 14.00 | • | | | |
| Uhr 20.00 | • | • | (•) | (•) |

| Regobasic (alkalisierend) oder Natriumhydrogenkarbonat | Nur wenn ph-Wert unter 6 liegt (Urin Teststreifen) | | | |
|---|--|---|---|--|
| Vormittag | • | • | | |
| Abend | • | • | • | |

| Purodefend Meg Blasentee | Kräutertee aus Weizengras und Malve - Lindernd und beruhigend | | | |
|--|---|--|--|--|
| Nur bei Schmerzen - 2 Liter tagsüber trinken | | | | |

*Einnahme von Puroman D-Mannose ACT!

- Dosis nur verringern, wenn keine Symptome mehr auftreten
- Einnahme auf leeren Magen
- Immer nach dem Geschlechtsverkehr eine Dosis einnehmen



Lokale Behandlung

Klicke auf den Produktnamen, um weitere Informationen darüber zu erhalten



Tag

1 2 3 4

Selbstmassage

| | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|
| vor dem Geschlechtsverkehr | • | • | • | • |
|----------------------------|---|---|---|---|

Wärme

Nur bei Symptomen

| | | | | |
|------------|-----|-----|-----|-----|
| Vormittag | (•) | (•) | (•) | (•) |
| Nachmittag | (•) | (•) | (•) | (•) |
| Abend | (•) | (•) | (•) | (•) |

Kegel Reverse Übungenn

3 Mal täglich für 5 Minuten durchführen - variiere die Übungen

| | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|
| vor dem Geschlechtsverkehr | • | • | • | • |
| während Geschlechtsverkehr | • | • | • | • |

Gleitgel Puroman gel

| | | | | |
|----------------------------|---|---|---|---|
| während Geschlechtsverkehr | • | • | • | • |
|----------------------------|---|---|---|---|



Check-up

Klicke auf den Produktnamen, um weitere Informationen darüber zu erhalten



| Tag | | | |
|-----|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |

Urinkultur

| | |
|-----------|----------------------------------|
| Vormittag | Nur wenn Symptome vorhanden sind |
|-----------|----------------------------------|

Urin Teststreifen

| | | | | |
|-----------|---|---|---|---|
| Vormittag | . | . | . | . |
|-----------|---|---|---|---|

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



Nützliche Tipps

Ja!

- Vor dem Geschlechtsverkehr die Blase entleeren.
- Verlängere das Vorspiel und verkürze die Penetrationszeit.
- Nach dem Geschlechtsverkehr mit lauwarmem Wasser und dem [Puroman Intim-Reinigungsmittel](#) waschen und ach dem Geschlechtsverkehr eine lindernde Creme auftragen ([Puronerv](#), [Vitamin E Spray](#), [Allantoin](#), [Panthenol](#), [Mandelöl](#)).
- Trinke nach dem Geschlechtsverkehr einen halben Liter Wasser und mindestens 2 Liter in den nächsten 24 Stunden (mit [Purodefend MEG](#) bei Schmerzen).
- Im Falle einer akuten Blasenentzündung befolge das [Behandlungsschema für akute Blasenentzündung](#).
- Stelle das vaginale Gleichgewicht mit dem [Miriam-Protokoll](#) wieder her und verwende natürliche Verhütungsmethoden (Kondome, [Babycomp](#), ecc)

Nein!

- Halte den Urin nicht länger als 4 Stunden zurück (außer nachts)
- Verzichte auf chemische Verhütungsmittel (Pille, Pflaster, Medikamentenspirale, Ring usw.)

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.

