

Cistite cronica

Segui il percorso guidato cliccando sul bottone colorato



Prevenzione cistiti acute e ricostruzione difese vescicali

Cura orale

Cura locale

Esami

Consigli utili

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.

Hai bisogno di aiuto?
Contattaci tramite
la chat sul [sito](#).



DR. TILI
rimedi

 **Puro**
Per la tua salute intima



CISTITE.INFO APS





	1° e 2° settimana							3° e 4° settimana							5° e 6° settimana							7° e 8° settimana							
	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 D-Mannosio puro	1 misurino (1 gr) - assumere a stomaco vuoto																												
ore 10.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•							
ore 15.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•															
ore 23.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Purorepair Gag plus	Ripara i tessuti connettivi vulvari e vescicali - scalare il dosaggio se i sintomi migliorano																												
colazione	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	•	•	•	•	•	•	•
pranzo	•	•	•	•	•	•	•	solo la prima settimana																					
cena	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Regobasic (alcalinizzante) oppure Magnesio Supremo	Da usare SOLO in caso di ph inferiore a 6																												
mattina	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
sera	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Purodefend Urto	Aiuta le difese dell'organismo																												
ore 8.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	solo se c'è dolore						
ore 20.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•															

Modalità di assunzione:

Scalare il dosaggio solo se i sintomi migliorano

	1° e 2° settimana							3° e 4° settimana							5° e 6° settimana							7° e 8° settimana						
	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
Automassaggio																												
sera	•		•		•				•					•		•											•	
Dermomagnesio	1 spruzzo sul basso addome																											
sera	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•		•		•		•		•		•		•	

	1° settimana							2° settimana							3° settimana							4° settimana						
	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
Esercizi kegel reverse	Esegui 5 minuti, varia spesso gli esercizi																											
mattina		•		•		•	•		•	•		•	•	•	•		•	•	•		•	•	•		•	•	•	
pomeriggio		•		•		•	•		•	•		•	•	•	•		•	•	•		•	•	•		•	•	•	
sera		•		•		•	•		•	•		•	•	•	•		•	•	•		•	•	•		•	•	•	

	5° settimana							6° settimana							7° settimana							8° settimana						
	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
mattina	•		•	•	•	•		•	•	•	•		•	•	•	•	•	•		•	•							
pomeriggio																						•	•	•	•		•	
sera	•		•	•	•	•		•	•	•	•		•	•	•	•	•	•		•	•							



	1° settimana							2°, 3° e 4° settimana							5° settimana							7° e 8° settimana							
	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	
Stick urine																													
mattina	•						•							•								•							•

	1° settimana							2° settimana							3° settimana							4° settimana							
	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	
Urinocultura																													
mattina	•																												
	5° settimana							6° settimana							7° settimana							8° settimana							
	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	
mattina	•	se negativo scala le dosi																				se negativo interrompi						•	

Consigli utili

Sì!

- Bere poco e spesso (50 ml ogni 20 minuti circa)
- Il Puroman D-Mannosio può essere diluito in 2 litri d'acqua da bere durante il giorno, l'efficacia non cambia
- Usare il lubrificante [Puroman gel](#) durante i rapporti
- Dopo i rapporti effettua un bidet tiepido e applica una crema riepitelizzante/lenitiva come: [Puronerv Oleogel](#), o [CBG](#), [Allantoina](#), [Pantenolo](#), [VEA](#), [Olio di mandorle](#), TIOBEC, [Aloe vera](#)
- In caso ricompaia la cistite segui lo [schema di cura per cistiti acute](#)
- in caso di cistite dopo i rapporti segui lo [schema di cura per cistite post-coitale](#)

No!

- Trattenere le urine per più di 4 ore durante il giorno
- Cibi [acidificanti](#) (a meno che tu non abbia Proteus o Pseudomonas)
- Cibi ricchi di [ossalati](#)

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 o indicazione riportata.

