

Protocollo Miriam

Segui il percorso guidato cliccando sul bottone colorato



Fase acuta

Fase di mantenimento
e prevenzione

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





Fase acuta

Cura orale

Cura locale

Esame

stick urine





Cura orale - fase acuta

Clicca sulla barra del prodotto per altre informazioni



prima settimana							seconda settimana						
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7

Purocol Flor Probiotici

integratore a base di fermenti lattici ad azione probiotica

mattina	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	
sera														

Purodefend Urto

contro gli stati infiammatori, per supportare le difese immunitarie e il benessere delle vie urinarie

mattina	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
sera	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

Modalità di assunzione:

Assumere Purocol a stomaco pieno



Cura locale - fase acuta

Clicca sulla barra della procedura per altre informazioni



prima settimana

seconda settimana

	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Purofem Döderlein probiotici vaginali oppure **Gel vaginale Calagin gel** Riequilibrano il ph e la flora vaginale

sera

•	•		•	•				•	•		•	•		
---	---	--	---	---	--	--	--	---	---	--	---	---	--	--

Puronerv Oleogel intimo oppure **Puronerv Gel CBG** Per i dolori muscolari, nevralgici, reumatici

mattina

•	•		•	•				•	•		•	•		
---	---	--	---	---	--	--	--	---	---	--	---	---	--	--

Yogurt

mattina

		•				•				•				•
--	--	---	--	--	--	---	--	--	--	---	--	--	--	---

Lavanda ai D-Mannosio Riduce la carica batterica fecale dal tratto vaginale

mattina

						•								•
--	--	--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	---

Modalità di assunzione:

- Applicare Purofem in vagina prima di dormire. Se la capsula non si scioglie aprire e svuotare il contenuto in un po' di Puroman gel, o Puronerv Oleogel o yogurt o gel di aloe vera.
- Assumere Purofem a stomaco pieno.



Esami - fase acuta

Clicca sulla barra dell'esame per altre informazioni



	prima settimana							seconda settimana						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Stick urine														
mattina														.

Importante!

- Se risulta un ph *superiore* a 5 ripetere la cura orale e locale dal giorno 1 della fase acuta
 - Se risulta un ph *inferiore* a 5 proseguire con la fase di mantenimento

Fase di mantenimento e prevenzione

Da ripetere per 2 mesi

Cura orale

Cura locale





Cura orale - fase di mantenimento

Clicca sulla barra del prodotto per altre informazioni



Fase premenstruale							fase mestruale							fase postmenstruale							fase ovulatoria						
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

Purocol Flor Probiotici

integratore a base di fermenti lattici ad azione probiotica

mattina	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	
---------	---	---	---	---	---	---	--	---	---	---	---	---	---	--	---	---	---	---	---	---	--	---	---	---	---	---	---	--

Purodefend Urto

contro gli stati infiammatori, per supportare le difese immunitarie e il benessere delle vie urinarie

mattina	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•															
sera					•	•	•	•	•																		

Modalità di assunzione:

- Da ripetere per 2 mesi
- Assumere Purocol a stomaco pieno

	fase premenstruale							fase mestruale							fase postmenstruale							fase ovulatoria						
	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
Purofem Döderlein probiotici vaginali oppure Gel vaginale Calagin gel	Riequilibrano il ph e la flora vaginale																											
sera		•		•		•										•		•		•								
Puronerv Oleogel intimo oppure Puronerv Gel CBG	Per i dolori muscolari, nevralgici, reumatici																											
mattina	•	•	•	•	•	•																						
Yogurt																												
sera			•		•		•										•		•		•							
Lavanda al D-Mannosio	Riduce la carica batterica fecale dal tratto vaginale																											
sera													•														•	
Vitamina E oppure Allantoina oppure Pantenolo oppure Olio di mandorle																												
mattina															•		•		•		•		•		•		•	

Modalità di assunzione:

- Da ripetere per 2 mesi
- Applicare Purofem in vagina prima di dormire. Se la capsula non si scioglie aprire e svuotare il contenuto in un po' di Puroman gel, o Puronerv Oleogel o yogurt o gel di aloe vera.
- Assumere Purofem a stomaco pieno.

Consigli utili

Sì!

- Assorbenti di cotone monouso o lavabili
- [Coppetta mestruale](#)
- Biancheria di cotone bianca
- Gonne e pantaloni larghi e col cavallo basso
- Solo acqua per il bidet ([detergente intimo](#) solo per la zona perianale dopo defecazione)
- Metodi contraccettivi naturali come gli [apparecchi Babycomp](#)



No!

- Assorbenti sintetici
- Salvaslip nei giorni fuori da ciclo
- Biancheria sintetica colorata
- Detergenti intimi
- Bicarbonato e tea tree oil
- Pantaloni stretti e aderenti
- indumenti intimi di notte
- Terapie ormonali estro-progestiniche (pillola, cerotto, spirale medicata, anello, ecc.)

! [Clicca qui per consigli comportamentali in caso di sensibilità/fragilità vulvare](#)

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.

