

# Cura in gravidanza e allattamento

Segui il percorso guidato cliccando sul bottone colorato



1. Fase acuta

2. 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

Scegli il percorso in base ai batteri rilevati con gli esami  
(urinocultura o stick urine)

## 1. SE:

- E. coli
- Klebsiella
- Citrobacter
- Enterobacter
- Enterococco
- Streptococco
- Staphilococco
- ...

## 2. SE:

- Proteus
- Pseudomonas
- Providencia
- Morganella



# 1. Fase acuta

*Se E.coli, Klebsiella, Citrobacter, Enterobacter, Enterococco, Streptococco, Staphilococco, ...*

**Cura orale**

**Cura locale**

**Esami**

urinocultura e stick urine





# Cura orale - fase acuta 1

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

## Puroman D-Mannosio Puro

1 misurino (1 gr) - Scalare il dosaggio se i sintomi migliorano - assumere a stomaco vuoto

ore 7.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
ore 10.00	•	•	•											
ore 11.00				•	•									
ore 13.00	•	•	•			•	•							
ore 15.00				•	•			•	•	•	•	•	•	•
ore 16.00	•	•	•											
ore 17.00						•	•							
ore 19.00	•	•	•	•										
ore 22.00														
ore 23.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
notte (se ci si sveglia)	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

## Regobasic (alcalinizzante)

Da usare in caso di ph inferiore a 6

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

## Purodefend tisana malva, gramigna ed equisetto

Emolliente e lenitivo

mattina	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
pomeriggio	•	•	•	•	•	•	•							



# 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
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

## Automassaggio

sera

•

•

## Manovra del dito

1 ora dopo l'assunzione del D-Mannosio

mattina

•

sera

•

•

•

•

•

## Calore

1 ora dopo l'assunzione del D-Mannosio

mattina

•

•

•

•

(•)

(•)

(•)

pomeriggio

•

•

•

(•)

(•)

(•)

(•)

sera

•

•

•

•

•

•

(•)

(al bisogno)

## Esercizi kegel reverse

Esegui 5 minuti 3 volte al giorno, varia spesso gli esercizi

mattina

•

•

•

•

•

pomeriggio

•

•

•

•

•

sera

•

•

•

•

•



# 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
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

## Urinocultura

mattina

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

## Stick urine

mattina

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

## 2. Fase acuta

*Se Proteus, Pseudomonas, Providencia e Morganella*

**Cura orale**

**Cura locale**

**Esami**

urinocultura e stick urine





# Cura orale - fase acuta 2

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

## Puroman D-Mannosio Puro

1 misurino (1 gr) - Scalare il dosaggio se i sintomi migliorano - assumere a stomaco vuoto

ore 7.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
ore 10.00	•	•	•											
ore 11.00				•	•									
ore 13.00	•	•	•			•	•							
ore 15.00				•	•			•	•	•	•	•	•	•
ore 16.00	•	•	•											
ore 17.00						•	•							
ore 19.00	•	•	•	•										
ore 22.00														
ore 23.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
notte (se ci si sveglia)	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

## Acidificante

Da usare in caso di ph superiore a 6,5

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

## Purodefend tisana malva, gramigna ed equisetto

Emolliente e lenitivo

mattina	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
pomeriggio	•	•	•	•	•	•	•							



# Fase di mantenimento e prevenzione

**Cura orale**

**Cura locale**

**Esami**

urinocultura e stick urine



**CISTITE.INFO APS**



# Cura orale - fase di mantenimento

Clicca sulla barra del prodotto per altre informazioni



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)

ore 7.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•							
ore 15.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•														
ore 23.00	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•

## Regobasic (alcalinizzante)

Da usare SOLO in caso di ph inferiore a 6

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

1° settimana							2° settimana							dalla 3° all'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

## Purodefend tisana malva, gramigna ed equisetolo

Emolliente e lenitivo - Da usare SOLO in caso di dolore

mattina	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	Proseguire come le settimane precedenti													
pomeriggio	•	•	•	•	•	•	•																					

### Modalità di assunzione:

Scalare il dosaggio solo se i sintomi migliorano



# Cura locale - fase di mantenimento

Clicca sulla barra verde sottostante per altre informazioni



	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

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

## Calore

mattina	•	•	•	•	(•)	(•)	(•)	Continuare la procedura per le settimane successive se se ne sente la necessità																				
pomeriggio	•	•	•	(•)	(•)	(•)	(•)																					
sera	•	•	•	•	•	•	(•)																					

## Esercizi kegel reverse

Esegui 5 minuti 3 volte al giorno, varia spesso gli esercizi

mattina		•		•		•	•	•	•		•	•	•		•		•	•	•	•		•	•	•	•	•
pomeriggio		•		•		•	•	•	•		•	•	•													
sera		•		•		•	•	•	•		•	•	•		•		•	•	•	•		•	•	•	•	•

	1° settimana							2° settimana							dalla 3° all'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

## Manovra del dito

1 ora dopo l'assunzione del D-Mannosio - SOLO se c'è stanguria o tenesmo

mattina	•							Proseguire come le settimane precedenti																				
sera	•	•		•			•																					



# Esami - fase di mantenimento

Clicca sulla barra dell'esame per altre informazioni



	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
Stick urine																												
mattina	•			•			•			•			•								•							•

Diventa socio Cistite.info e avrai diritto al 20% di sconto su molti dei prodotti consigliati!



# 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

## 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.*

