

## Дорогая пациентка!

У вас была обнаружена инфекция мочевых путей. Это вызванная возбудителем инфекционная болезнь мочевыводящих путей.

Типовыми симптомами такого заболевания являются:

- боли и жжение при мочеиспускании
- опорожнение мочевого пузыря дается тяжело
- частые позывы к мочеиспусканию с незначительным объемом мочи
- боли над лобковой костью, возможно судороги

### Способ применения

**Fosfomycin Aristo®** следует принимать приблизительно за 2 часа до приема пищи либо 2 часа спустя. Для этого содержимое пакетика необходимо растворить в 150 - 200 мл воды и незамедлительно выпить. Опыт показывает, что лучший эффект достигается при принятии препарата непосредственно перед сном.



**одноразовый прием**



**действие в течение трёх дней**



Если иммунная система организма не в состоянии самостоятельно побороть возбудителя, инфекция может распространиться вплоть до почек и кровеносной системы и вследствие этого привести к угрожающим симптомам. Инфекционные болезни мочевыводящих путей очень успешно излечиваются антибиотиками.

Вам был прописан медикамент **Fosfomycin Aristo®**. Это активное вещество принимается только один раз и затем в течение нескольких дней уничтожает микроорганизмы в мочевом пузыре, которые вызвали ваши симптомы.

Во время лечения следует соблюдать нормальный питьевой режим (1,5 - 2 л/день). Чрезмерное потребление жидкости может привести к тому, что пребывание активного вещества в мочевом пузыре сократится.

Смягчение симптомов вы ощутите через короткое время. Если через три дня после приема вы не почувствуете достаточного улучшения, еще раз обратитесь к врачу.

Stempel

## Для предотвращения инфекций мочевыводящих путей в будущем соблюдайте следующие указания:

- Держите ноги в тепле! Также держите в тепле нижнюю часть живота. Ножные ванны с увеличивающейся температурой также могут способствовать кровообращению в нижней части живота.
- После плавания немедленно снимайте с себя мокрые вещи.
- По возможности откажитесь от больших количеств кофе, спиртного и острых приправ.
- Иногда помогает кратковременная «диета-качели» – переход между богатым щелочами (напр., овощи, фрукты, чечевица, ростки пшеницы, сухофрукты) и богатым кислотами питанием (напр., мясо, колбаса, сыр, продукты из белой муки). Изменяющийся показатель pH в моче последовательно прогоняет возбудителей, которые предпочитают кислотную либо щелочную среду.
- Много пейте, лучше всего некрепкий теплый чай (напр., травяной чай для лечения заболеваний мочевого пузыря). Это ускоряет и усиливает мочеиспускание, благодаря чему у микроорганизмов нет возможности закрепиться на стенках мочевыводящих путей. Если у человека ежедневно выделяется более двух литров мочи, это предотвращает распространение инфекции!
- Регулярно опорожняйте мочевой пузырь. Частое мочеиспускание уменьшает опасность воспаления мочевыводящих путей.
- При мочеиспускании сидите вертикально на унитазе и расслабьтесь. Если сидеть на унитазе, наклонившись вперед, мочевой пузырь зачастую нельзя опорожнить полностью.
- Непосредственно после полового акта необходимо опорожнить мочевой пузырь. Таким образом вымываются возбудители, которые могли быть переданы во время секса.
- Для контрацепции лучше не применять диафрагму и/или спермициды. Вследствие их применения среда влагалища, то есть нормальная бактериальная флора, теряет равновесие, что создает более благоприятные условия для возбудителей.
- Для интимной гигиены не используйте мыло, гели для душа, интимные гели или интимные спреи. Они разрушают защитную кислотную оболочку кожи – естественный барьер против возбудителей инфекций.