

Cara paciente,

foi-lhe diagnosticada uma infeção do trato urinário. Isto é entendido como uma doença infecciosa do trato urinário causada por agentes patogénicos.

Os sintomas típicos de uma tal doença são:

- Dor e ardência durante o urinar
- É difícil urinar
- Necessidade frequente de urinar com pequenas quantidades de urina
- Dor acima do osso púbico, eventualmente convulsões

Via de administração

Fosfomicin Aristo® deve ser tomado cerca de 2 horas antes ou após uma refeição. Para o efeito, o conteúdo da saqueta de 150 - 200 ml deve ser dissolvido em água e bebido imediatamente. Estudos comprovam que o melhor efeito é obtido com uma ingestão imediatamente antes de deitar.



3 dias de efeito

Se as defesas endógenas não conseguirem combater com êxito os agentes infecciosos, é possível que a infeção se estenda aos rins e à corrente sanguínea e por isso, pode conduzir a patologias graves. As infeções do trato urinário podem ser tratadas de forma bastante eficaz com antibióticos.

Foi-lhe prescrito o medicamento **Fosfomicin Aristo®**. Esta substância é tomada apenas uma vez e mata, então, através da bexiga e no decorrer de vários dias, os germes que causaram os seus sintomas.

Durante o tratamento, não deve alterar os seus hábitos normais de ingestão de líquidos (1,5 - 2 L/dia). Uma ingestão excessiva de fluidos poderia diminuir o tempo de permanência da substância na bexiga.

Notará o alívio dos sintomas após um curto período de tempo. Se não sentir qualquer melhoria suficiente três dias após a ingestão, por favor, informe novamente o seu médico/a sua médica.

Carimbo

Para prevenir outras infecções do trato urinário no futuro, por favor observe as seguintes indicações:

- Garanta que tem os pés quentes! Mantenha também o abdómen quente. Através de um pedilúvio com aumento da temperatura, também pode aumentar o fluxo sanguíneo no abdómen.
- Dispa também as suas roupas de banho molhadas depois de nadar.
- Se possível, evite ingerir muito café, álcool e condimentos picantes.
- Às vezes, ajuda, a curto prazo, uma dieta alternada - uma troca entre uma dieta rica em alimentos base (p. ex., legumes, frutas, lentilhas, gérmen de trigo, frutos secos) e rica em alimentos ácidos (p. ex., carne, salsichas, queijos, produtos de farinha branca). O valor do pH da urina mutante afasta agentes infecciosos acidófilos sucessivamente, bem como aqueles que preferem um ambiente alcalino.
- Beba muito chá, de preferência, fraco e quente (p. ex., chá para a bexiga). Isso acelera e aumenta a excreção, pelo que os germes têm pouca oportunidade de se fixar nas paredes do trato urinário. Quem expele mais de dois litros de urina por dia, pode, desse modo, evitar a propagação de uma infecção!
- Esvazie a bexiga regularmente. Urinar frequentemente reduz o risco de uma inflamação do trato urinário.
- Sente-se de forma ereta para urinar na sanita e relaxe. Ao sentar-se de forma inclinada para a frente, a bexiga pode, muitas vezes, não ser completamente esvaziada.
- Deve urinar imediatamente após a relação sexual. Agentes infecciosos possivelmente transmitidos durante a relação sexual serão, assim, enxaguados.
- Na contraceção, não utilize, preferencialmente, qualquer diafragma e/ou espermicidas. Perturba o ambiente vaginal, ou seja, a flora bacteriana normal, pelo que os agentes infecciosos têm a vida mais facilitada.
- Aquando da higiene íntima não utilize, nem sabonete, gel de banho, lavagens vaginais nem sprays íntimos. Eles destroem a camada protetora de ácido da pele - a barreira natural contra agentes infecciosos.