

LA MODA EN LAS CALLES

MODA / BELLEZA / LIVING / CONTACTO

12/07/2023

Cómo Evitar La Cistitis En Verano

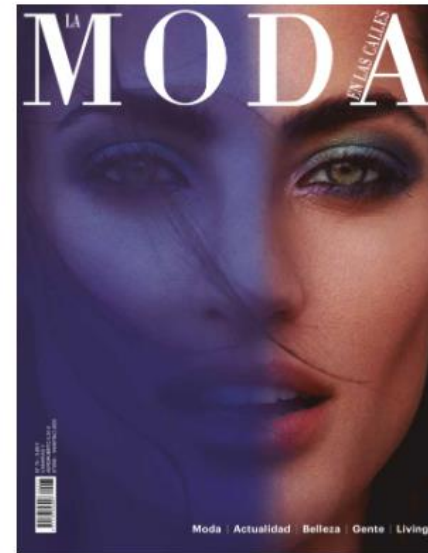
by Paula Torralba

Cómo Evitar La Cistitis En Verano

by Paula Torralba



La cistitis es una de las afecciones más comunes en verano. Este molesto problema puede llegar a estropear nuestros planes veraniegos. Pero ¿sabes lo que es la cistitis? En pocas



Buscar

BUSCAR

@lamodaenlasca
lles

SÍGUENOS



¿Tienes picores, ardor o escozor al orinar y te quedas sin hacer los mejores planes de verano por estar incómoda? No te preocupes porque no eres la primera que sufre estos síntomas. Aunque la cistitis sea algo común y normal es mejor prevenir antes que curar. Te enseñamos cuáles son los síntomas y qué puedes hacer para internar evitar coger esta infección.

¿Cuáles son los síntomas?

En primer lugar, cabe destacar que hay dos tipos de cistitis principales: bacteriana (una infección) y no bacteriana, que involucra las causas como lesiones en el área. Los síntomas más comunes de la cistitis son dolor, escozor o ardor al orinar, así como una sensación de “*vaciado incompleto*”, lo que básicamente significa que todavía sientes como si necesitaras orinar, aunque acabas de ir al baño.

Otros síntomas pueden incluir sangre en la orina (esto puede o no ser visible), una sensación general de malestar (incluyendo cansancio o náuseas), necesidad de orinar con más frecuencia y orina oscura con olor fuerte.

¿Qué causa la cistitis?



SUSCRÍBETE

Dirección de correo electrónico:

REGISTRO



La mejor pasta «alla Rueda» está en Madrid

1.1k vistas



Si quieres, puedes planchar tu pelo mojado. Pero solo con la nueva GHD DUET STYLE,

245 vistas



Héctor Bellerín: nuevo icono de moda

232 vistas



¿Cuáles son los helados favoritos de los españoles? by HÄAGEN-DAZS

215 vistas



Según la doctora Marta Sánchez-Dehesa: *“la cistitis bacteriana se produce cuando las bacterias incorrectas ingresan al cuerpo a través de la uretra y dentro pueden viajar hasta la vejiga e incluso a los riñones”*. *“Muy a menudo, la cistitis bacteriana es causada por bacterias malas que ingresan a la uretra desde la piel o alrededor del ano”*. Limpiarse incorrectamente y tener relaciones sexuales puede aumentar el riesgo de que suceda. Asegúrate de limpiarte desde la parte superior de la vulva hasta la parte inferior y orinar inmediatamente después de mantener relaciones.

La cistitis no bacteriana normalmente es causada por hematomas o irritación de la uretra. *“A menudo, esto puede deberse a la fricción durante las relaciones sexuales o deporte como ciclismo y la equitación. Otras causas de cistitis no infecciosa pueden incluir sustancias químicas de jabones y productos de baño y cloro en las piscinas”*.

Si descubres que sueles tener cistitis después de las relaciones sexuales, vale la pena recordar orinar inmediatamente después. Así eliminaremos cualquier bacteria dañina que llegue a la uretra durante el acto. La zona íntima es la más delicada y tiene un pH ligeramente diferente. Por ello, es necesario un producto específico que no lleve detergentes agresivos. Uno que limpie sin resecar, irritar ni producir una variación del pH. Y, si puede contener hidratantes y emolientes, mejor.

Según la doctora, un tip para prevenir es beber muchos líquidos. Esto nos ayudará a eliminar el sistema urinario. Así se diluye la orina y nos permite orinar con más frecuencia. No recomienda el uso de jabones, lubricantes aromatizados que pueden irritar la uretra. *“En época estival hay que ser más escrupulosos y es recomendable una adecuada higiene de las partes íntimas, no utilices el mismo jabón del cuerpo”*.



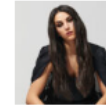
¿Quieres ser una milipili?
Descubre todo sobre el estilo
que está arrasando en TikTok

194 vistas



Las mujeres empresarias más
influyentes de España

124 vistas



Claudia Salas, nueva
embajadora de Maybelline

86 vistas