

Памятка для пациента:

Как подготовиться к визиту к врачу при остром цистите

Перед визитом к врачу подготовьте ответы на вопросы, которые врач вам задаст:

1. Выберите симптомы, которые вы испытывали в связи с учащенным мочеиспусканием:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> боли и рези при мочеиспускании | <input type="checkbox"/> ложные позывы к мочеиспусканию |
| <input type="checkbox"/> жжение при мочеиспускании | <input type="checkbox"/> повышение температуры |
| <input type="checkbox"/> помутнение мочи | <input type="checkbox"/> кровь в моче |
| <input type="checkbox"/> учащенное сердцебиение | <input type="checkbox"/> рвота |

2. Как часто возникали позывы к мочеиспусканию?

__ раз в день

__ раз за ночь

3. Какова продолжительность проявлений этих симптомов?

одни сутки

__ дней

4. Какие меры вы принимали?

тепло и покой

соблюдение диеты

обильное питье – не менее 2 литров в день

лекарственные средства

растительные препараты

5. Если вы принимали лекарственные и растительные препараты без назначения врача, перечислите их ниже:

6. Как часто у вас возникает подобная симптоматика:

первый раз

через 2-3 недели после предыдущего случая

более 3 раз в год

7. Выберите все факты, которые вас касаются и сообщите о них врачу:

гиперактивная половая жизнь

направление вытирания после дефекации – вперед

использование агрессивных средств интимной гигиены (например, антибактериальное мыло)

наличие мочевого катетера

наличие контрацептивов: диафрагма или спермициды

прием препаратов при хронических заболеваниях, особенно химиотерапия

грипп/ОРВИ, сильное переохлаждение незадолго до симптоматики

беременность

менопауза

хронические заболевания, например, сахарный диабет

8. Если вы проводили какие-либо лабораторные исследования возьмите результаты с собой.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ!

На визите у врача:

Помните о том, что вы обратились к врачу, так как вам нужна его помощь и поддержка, а не для того, чтобы поделиться с ним своими знаниями, которые вы почерпнули в интернете. Среди врачей даже ходит шутка: «Если вы проконсультировались с Доктором Гугл, то за вторым мнением обращайтесь к Доктору Яндекс».

Вместе с тем, у вас есть право, задать врачу интересующие вас вопросы.

После того, как доктор выслушает вас и обследует, на основании ваших симптомов, он может предложить вам следующее:

1. Диагностические исследования.

В случае первого проявления вышеназванной симптоматики, врач, как правило, не назначает дополнительных исследований при условии, что нет сомнений в диагнозе - острый неосложненный цистит, т. к. в 85-90% случаев возбудителем является кишечная палочка – E.coli.

Если проблема возникла не первый раз, то врач порекомендует вам диагностические исследования.

В зависимости от обстоятельств, вы можете задать следующие вопросы:

- Чем обусловлена необходимость данного исследования?
- Что из себя представляет данное исследование?
- Как мне подготовиться к проведению исследования?
- Покрывается ли стоимость диагностики полисом ОМС? Если нет, сколько оно стоит?
- Каковы мои действия после получения результатов?

2. Обсуждение диагноза.

Если диагностические исследования не потребовались, то врач, вероятнее всего, поставит диагноз - острый неосложненный цистит инфекционного происхождения. Если вы сообщили врачу о 2 или случаях цистита в течение полугода или о 3 случаях цистита в течение года – речь может идти о хроническом (рецидивирующем) цистите.

Вы можете задать следующие вопросы:

- Как точно звучит мой диагноз?
- Что вызвало возникновение цистита?

3. Лечение цистита.

При остром неосложненном цистите инфекционного происхождения врач назначит антибиотикотерапию, если нет противопоказаний. Другие назначения являются вспомогательными.

Вы можете задать следующие вопросы:

- Какой антибиотик оптимален в моем случае и почему?
- Как долго его необходимо принимать?
- Какие побочные эффекты у данного антибиотика?
- Сколько времени должно пройти, прежде чем я увижу позитивные изменения в своем состоянии?
- Есть ли необходимость повторного визита к вам и при каких обстоятельствах?

При хроническом (рецидивирующем) цистите основная терапия назначается врачом исходя из причин цистита.

Если врач делает дополнительные рекомендации, назначает вспомогательные препараты, то уместно задать следующие вопросы:

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ!

- Чем обусловлена необходимость данного назначения? Например, прием пробиотика для восстановления микрофлоры кишечника и/или влагалища на фоне приема антибиотика.
- Какой конкретно препарат вы рекомендуете и почему? Обращайте внимание на аргументацию врача в отношении эффективности и безопасности препарата, наличие клинических исследований.

4. Изменения в привычном образе жизни и профилактика рецидивов

Профилактические мероприятия, соблюдение личной гигиены, диета могут способствовать избавлению от цистита. Обязательно задавайте врачу вопросы об изменениях в образе жизни, которые помогут проводимому лечению. Например:

- Какие изменения в моем образе жизни помогут проводимому лечению – диета, секс, питьевой режим, личная гигиена? Как быстро наступит необходимый эффект?
- Насколько серьезными и принципиальными должны быть эти изменения для достижения необходимого результата?
- Какие профилактические меры необходимо предпринять? Какие препараты стоит использовать?

«ЦИСТИФЛЮКС ПЛЮС» рекомендуется применять для предупреждения рецидивирующих инфекций мочевыводящих путей (в том числе при цистите) и в качестве вспомогательного средства в составе комплексной терапии острого цистита.



В состав Цистифлюкс Плюс входит **моносахарид D-манноза (500 мг) и концентрат ягод клюквы, стандартизированный по проантоцианидинам типа А (не менее 36 мг)**

Молекулы D-маннозы работают как магнит, вытягивая бактерии из слизистой оболочки мочевого пузыря. А проантоцианидины, которые содержатся в клюкве, захватывают бактерию и формируют жесткую структуру, которая больше не обладает способностью прикрепляться к эпителию мочевыводящих путей и выводится из организма вместе с мочой.

Добавьте **Плюс** в лечение цистита!

Для:

- поддержания здоровья мочевыводящих путей благодаря синергетическому эффекту D-маннозы и стандартизированного концентрата ягод экстракта клюквы, которые доказано снижают риск мочеполовой инфекции мочевыводящих путей^{1, 2}
- предупреждения рецидивирующих инфекций мочевыводящих путей при цистите благодаря предотвращению заселения мочеполового тракта патогенными бактериями³
- снижения риска прикрепления патогенных бактерий к слизистой мочевыводящих путей.

1. Howell AB, Reed JD, Krueger CG, Winterbottom R, Cunningham DG, Leahy M. A-type cranberry proanthocyanidins and uropathogenic bacterial anti-adhesion activity. *Phytochemistry*. 2005 Sep;66(18):2281-91. doi: 10.1016/j.phytochem.2005.05.022. PMID:16055161
2. Fu Z, Liska D, Talan D, Chung M. Cranberry Reduces the Risk of Urinary Tract Infection Recurrence in Otherwise Healthy Women: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Nutr*. 2017 Dec;147(12):2282-2288. doi: 10.3945/jn.117.254961. PMID:29046404
3. Kranjčec B, Papes D, Altarac S. D-mannose powder for prophylaxis of recurrent urinary tract infections in women: a randomized clinical trial. *World J Urol*. 2014 Feb;32(1):79-84. doi: 10.1007/s00345-013-1091-6. PMID:23633128

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ!