

Учащенное мочеиспускание, буквально каждые несколько минут, сильные боли в низу живота, повышение температуры, слабость и недомогание... Вот далеко не весь список симптомов воспаления слизистой оболочки мочевого пузыря, которое получило название цистит. Лечение этого заболевания индивидуально: болезнь принимает как острую, так и хроническую форму, возникает как осложнение другой болезни, а также появляется в первоначально здоровом организме.

Острое воспаление мочевого пузыря развивается стремительно, у больного появляются все или несколько следующих симптомов:

- частые и болезненные позывы к мочеиспусканию;
- зуд и жжение в уретре при мочеиспускании;
- опорожнение мочевого пузыря небольшими порциями;
- присутствие крови или гноя в моче.

Хроническая форма цистита проявляется менее интенсивно, чем острая. Кроме перечисленных симптомов также могут наблюдаться повышенная температура тела, раздражительность и повышенная утомляемость.

Методы лечения цистита зависят от течения и тяжести заболевания. Различают первичное и вторичное, острое и хроническое, инфекционное и неинфекционное воспаление мочевого пузыря. В случае цистита лечение может назначить только врач-уролог.

Чтобы определить верные методы лечения цистита, необходимо обследоваться на инфекции, передаваемые половым путем, даже если и нет «ничего такого» под подозрением

Профилактика цистита

Как правило, заболевание успешно лечится медикаментозно. Но вероятность получения инфекции можно уменьшить, соблюдая следующие рекомендации по профилактике цистита.

1. В целях профилактики цистита исключите такие факторы как хронический стресс,

переохлаждение, недосыпание, ношение белья из искусственных материалов.

2. Пейте больше жидкости – простой чистой воды без газа.
3. Тщательно соблюдайте правила личной гигиены, используйте мыло и гели для интимной гигиены с нейтральным pH. Во время подмывания струя воды должна быть направлена спереди назад.
4. Следите за регулярным опорожнением мочевого пузыря. После полового акта следует обязательно помочиться.
5. Исключите возможность появления проблем со стулом.
6. Хорошая профилактика цистита, гломерулонефрита и других болезней мочевыводящей системы - занятия спортом. Застойные явления в малом тазу провоцируют многие заболевания.
7. Регулярно посещайте врача-гинеколога и уролога, не забывайте о контрацепции и профилактике инфекций, передающихся половым путем.
8. Остерегайтесь купаться в загрязненных водоемах.

Еще один способ профилактики цистита – соблюдение диеты, которая исключает потребление соленого и острого, пряного и жареного, маринованного и консервированного – всего того, что может спровоцировать раздражение мочевого пузыря. Питание должно быть максимально натуральным, следует отказаться от блюд с добавлением в них красителей, усилителей вкуса и запаха. Рекомендуются молочные продукты, грубая волокнистая пища, фрукты и овощи.

После лечения необходимо соблюдение профилактических курсов уросептиков, трав, применение препаратов для восстановления микрофлоры печени и иммунитета хотя бы в течение года. Соблюдайте все рекомендации доктора по профилактике, даже если ваше самочувствие на «отлично». Представьте, в мочевом пузыре была рана, которая уже не воспалена, но еще не затянулась полностью – травмы внутри организма заживают гораздо дольше.