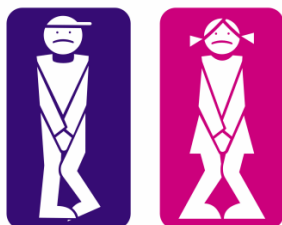




Les fiches conseils de la *Pharmacie La Clef d'Arve*

Infection urinaire



- + Boire beaucoup pendant la journée (au moins 1.5L) = permet d'éliminer les toxines et bactéries (eau, tisane diurétique, jus de Cranberry, extraits de plantes fraîches)
- + Faire une cure de probiotiques
- + Si infections fréquentes, uriner plus régulièrement (toutes les 2 à 3h) et ne pas se retenir
- + Avoir une bonne hygiène intime, une fois par jour maximum avec un savon au Ph adapté (acide 5 à 7)
- + Eviter la constipation (stagnation des selles = risque que des bactéries migrent vers la paroi urinaire)
- + Uriner après un rapport sexuel
- + S'essuyer avec du papier hygiénique de l'avant vers l'arrière
- + Eviter les pantalons serrés et en matières synthétiques (Transpiration + chaleur = multiplication des bactéries)



Symptômes nécessitant une consultation médicale :

- ❖ Température supérieure à (+38°C)
- ❖ Forte douleur en bas ventre ou bas du dos
- ❖ Symptômes persistants plus de 48 heures sans amélioration
- ❖ Première fois ou récurrence (les traitements ne seront pas pareils)
- ❖ Femmes enceintes, hommes (moins courant), personnes âgées

Dans notre pharmacie, nous vous conseillons volontiers en vous proposant le choix entre des traitements efficaces **naturels** ou **allopathiques**.

La Clef d'Arve

www.pharmacie-laclefdarve.com

Jana Barsan, Pharmacienne responsable

110, rue de Carouge, 1205 Genève
Fax 022 320 65 67 - Tél. 022 320 65 06

casa@fgl.ch - Livraisons gratuites

Les + Jeudi AVS Points fidélité x2 - Mercredi bébé Points fidélité x4