

GMF Maska

L'infection urinaire

Si le médecin vous a prescrit un antibiotique:

- Vous devriez voir une amélioration de vos symptômes après 24-48 heures de traitement antibiotique.
- Vous devez prendre la médication pour **toute** la durée du traitement même si vous n'avez plus de symptômes
- Vous devriez reconsulter si les symptômes persistent au-delà du traitement, s'ils augmentent après le début du traitement ou s'il y a apparition de température ($\geq 38.0^{\circ}\text{C}$ buccale), douleur au dos, nausées ou vomissements.

Prévention des infections urinaires :

- ☞ Buvez environ 8 verres d'eau par jour.
- ☞ Buvez de petites quantités de jus de canneberges: cela préviendrait les récurrences, car il empêche les bactéries d'adhérer aux parois des voies urinaires.
- ☞ Urinez fréquemment et tentez de vider votre vessie complètement à chaque fois.
- ☞ Essuyez-vous de l'avant vers l'arrière après les mictions et les selles pour aider à empêcher les bactéries de pénétrer dans l'urètre.
- ☞ Évitez les vêtements serrés et colorés dans la région génitale et porter des sous-vêtements en coton.
- ☞ Videz votre vessie après chaque relation sexuelle.
- ☞ Changez fréquemment vos serviettes hygiéniques lors de vos menstruations.
- ☞ Évitez l'utilisation des produits ou savons parfumés dans la région génitale.

Joanne Morneau, omnipraticienne
Aline, Isabelle, Marie-Ève, Mélanie et Raja,
infirmières cliniciennes du GMF Maska