Fiche conseils

- Buvez suffisamment (au moins 1,5 L d'eau par jour).
- N’attendez pas trop longtemps avant d'uriner en cas de besoin.
- Essayez d'uriner régulièrement (toutes les 4 à 6 heures).
- Urinez après chaque rapport sexuel.
- Évitez l'utilisation de spermicide.
- Si vous souffrez de constipation ou de diarrhée, parlez-en à votre médecin.
- Si vous êtes une femme ménopausée, un traitement de l'atteinte génitale et urinaire de la ménopause pourra vous être proposé.

Pour plus de conseils, **scannez le QR code.**

Prévenir les infections urinaires