Cistite: come contrastarla efficacemente durante le vacanze

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

La domanda

In vacanza sono meno stressata e ho più desiderio. Finalmente potrei fare l'amore di gusto, e invece poi mi viene sempre la cistite. Ma perché?

I temi toccati

Come la prima causa, di natura biomeccanica, delle cistiti recidivanti sia l'ipertono dei muscoli pelvici
Da quali fattori può essere determinata l'eccessiva contrazione muscolare, e perché il rimedio più efficace in questi casi è la fisioterapia
Come la seconda possibile causa delle recidive sia la riattivazione dei germi che, in vescica, vanno a formare i biofilm patogeni intracellulari
I benefici del destro mannosio, di un'adeguata idratazione, di un lubrificante intimo e del gel alla spermidina (dopo il rapporto, prima di andare a dormire)
L'importanza di contrastare la migrazione di batteri dalla zona perianale alla vescica
Alcuni elementi protettivi sottovalutati: avere un'igiene intima accurata e corretta, rispettare la peluria vulvare, lavarsi accuratamente dopo un rapporto anale
Per gentile concessione di Italpress - Focus Salute

© 2025 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org