**Přezdívá se jí „nemoc svatební cesty”
Milování a infekce močových cest spolu úzce souvisí**

Praha 27. února 2018 **– Nemoc svatební cesty nebo nemoc líbánek? Nehledejte za tím nic zvláštního, jen milé pojmenování problému, kterým infekce močových cest rozhodně je. Její hlavní příčina se ve skutečnosti jmenuje Escherichia coli, což je bakterie, která se přirozeně vyskytuje ve stolici a je v 9 z 10 případů zodpovědná za problémy močového ústrojí. To ona má na svědomí tolik známou palčivou bolest při močení, bolesti v podbřišku a časté nutkání dojít si na toaletu. Jak souvisí tato bakterie s milováním a výše popsanými problémy?**

Bakterie se z okolí konečníku mohou dostat k ústí močové trubice často právě při běžném milování. Do těchto míst ale nepatří a následkem mohou být právě problémy močových cest*. „Pacienti si tahle rizika sexuálního života často neuvědomují a vlastně ani nepřipouští. To, že je sex jedním z hlavních rizikových faktorů infekce močových cest, slyší prvně,“* říká primář urologie v Oblastní nemocnici Kladno, MUDr. Marek Krolupper a dodává: *„Jednoduchým krokem, který infekcím pomáhá předcházet je například dojít se ihned po sexu vymočit. K podpoře zdraví močových cest lze využívat i některých tradičních rostlinných přípravků. Ty obsahují například extrakt ze zlatobýlu, který podporuje zdraví močových cest, brusinky apod.“*

Dobrá zpráva jednoznačně je, že infekci močových cest lze předcházet, aniž byste se museli milování vyhýbat. Ačkoliv sex představuje větší riziko vzniku IMC, na vině jsou pořád bakterie. Těm se můžete bránit několika způsoby. Nezapomeňte vždy po milování navštívit toaletu. Bakterie, které se po aktu mohou dostat do kontaktu s močovou trubicí a způsobit infekci, jsou močí z těla přirozeně vyplaveny ven. Dodržujte pravidelný pitný režim a správnou intimní hygienu – otírejte se vždy směrem ven, tento postup také ztěžuje bakteriím, aby se dostaly k močové trubici.

**Hledejme pravého viníka**

Escherichia coli se běžně nachází v našem zažívacím traktu a v okolí konečníku. To je její přirozené působiště, kde neškodí. Ba naopak, zabraňuje totiž, aby se zde přemnožily jiné bakterie, které mohou být lidskému zdraví nebezpečné. Escherichia coli v zažívacím traktu sice pomáhá, ale když se dostane do míst, kam nepatří, je to problém! Třeba k močové trubici, což platí hlavně u žen, nemá daleko. Tady a přesně tímhle způsobem může začít příběh infekce močových cest.

**Včasná diagnostika a prevence se vyplatí**

Když už pociťujete, že něco není v pořádku, že infekce močových cest je téměř nevyhnutelná, řešte problém hned. Rozhodně není dobré čekat „až to přejde“. Myslete na své zdraví a volte postupy, které budou k vašemu tělu šetrné. Důležitou roli při prevenci a podpoře organismu při infekcích hraje imunita, na podporu funkce imunitního systému užívejte proto třeba vitamin D. Podpořit zdraví svých močových cest můžete i doplňky stravy, které obsahují složky rostlinného původu. Mezi vhodné doplňky patří Urinal®. Nabízí totiž unikátní kombinaci extraktu ze zlatobýlu obecného a vitaminu D, navíc je obohacen o kvalitní extrakt z kanadských brusinek. Urinal® je možné užívat současně při léčbě antibiotiky.

Více info na [www.urinal.cz](http://www.urinal.cz)

**Kontakt pro média:**

**Markéta Hrabánková,** HAVAS PR PRAGUE,PR Manager,marketa.hrabankova@havaspr.com,mob. +420 702 213 341

**Daniela Orgoníková**, HAVAS PR PRAGUE, PR Executive, daniela.orgonikova@havaspr.com, mob. +420 728 945 645