**Infekce močových cest v těhotenství
Šetrná prevence hraje prim**

Praha 8. března 2018 – **Infekce močových cest je druhým nejčastějším zánětlivým onemocněním, které trápí naši populaci. Není tajemstvím, že u žen se tento problém objevuje výrazně častěji než u mužů. Záněty se ale nevyhýbají ani ženám v očekávání, ty jsou k infekci močového ústrojí dokonce ještě náchylnější.[[1]](#footnote-1) Do jisté míry se však můžeme zánětu bránit, hlavní roli zde hraje prevence. Existují šetrné způsoby, jak infekci močových cest předcházet, a to platí obzvlášť v těhotenství.**

Ženy jsou k infekci močových cest náchylné v průběhu celého života a těhotenství k tomu velkou měrou přispívá. Nic se nemění na pravdě, že nepříjemnou infekci mají na svědomí bakterie. Zvětšující se děloha mimo jiné tlačí na močový měchýř, to způsobuje jeho nedostatečné vyprázdnění a bakterie, které by jinak byly odplaveny močí, se množí a způsobují infekci.[[2]](#footnote-2)

Příznaky zánětu močových cest se svou intenzitou liší. V akutní fázi je typické silné řezání a pálení při močení. Je to asi takový pocit, jako kdybychom z těla vylučovali žiletky. A to nás většinou velmi rychle přivede k lékaři.

**Mít přírodu na své straně**

Při léčbě infekce močových cest už naše babičky doporučovaly brusinky, moc těchto červených bobulí má odpradávna své opodstatnění. Dalším šetrným pomocníkem je D-manosa. Monosacharid, který je obsažen třeba v jablkách. Působí ve vylučovací soustavě a hledá zde škodlivé bakterie, které jeho působením ztratí schopnost uchytit se na sliznici močových cest. Bakterie jsou následně přirozeně z těla vyplaveny močí. Brusinky i D-manosa jsou látky přírodního charakteru, a proto nepředstavují pro náš organismus žádnou zátěž. Naopak přirozeně cílí na nežádoucí bakterie v močových cestách a zabraňují jim zde škodit. Preparáty obsahující tyto dvě látky znamenají šikovnou zbraň v boji s infekcí močového ústrojí.

**Šetrně a preventivně**

K úplnosti prevence bychom určitě neměli zapomínat na dostatečný příjem tekutin. Ddbát na správnou hygienu, na toaletě se správně otírat, a to vždy zepředu dozadu, abychom nezanesli původce infekce do močových cest. Po milování je dobré dojít se vždy ihned vymočit a doporučuje se nosit bavlněné spodní prádlo.

Infekce močových cest není ničím příjemným a především během těhotenství znamená pro ženy riziko. O nasazení antibiotické léčby samozřejmě rozhoduje lékař, ale čím můžete péči o své zdraví doplnit, s tím poradí i lékárník. Nabízí se šetrné produkty s obsahem látek, jako jsou zmíněné brusinky
a D-manosa.

Příroda má neuvěřitelnou moc. Věřte jí a podpořte hojivou sílu svého těla vhodnými doplňky stravy.

**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

1. , 2 Urologie pro Praxi, 2010; 11(2): 70–74 [↑](#footnote-ref-1)
2. [↑](#footnote-ref-2)