

El síndrome miccional es un conjunto de síntomas que afectan al aparato urinario, por ejemplo: molestias al orinar, aumento de la sensación y de la necesidad de orinar (aunque sea poca cantidad).

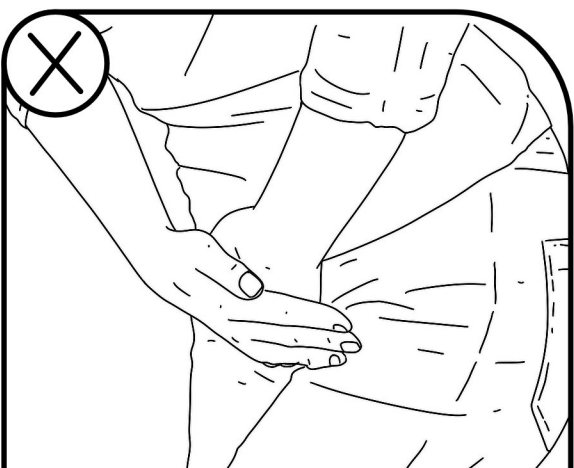


Recomendaciones tras la aparición de los síntomas

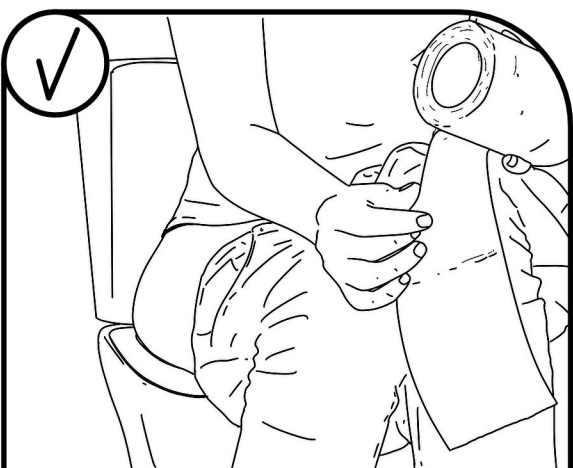
Aplíquese calor local en la zona donde tenga molestias.
Si sigue un tratamiento antibiótico, no lo abandone hasta cumplir con la pauta indicada, aunque los síntomas mejoren.



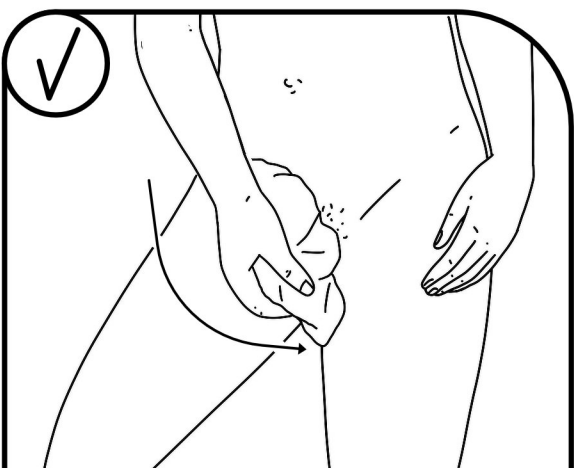
Recomendaciones para el autocuidado



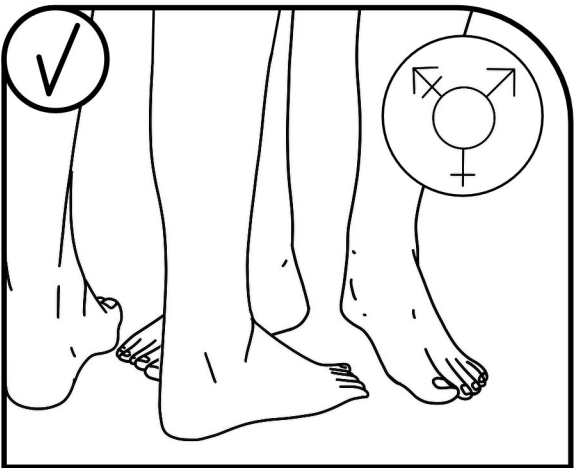
Evite retener la orina.



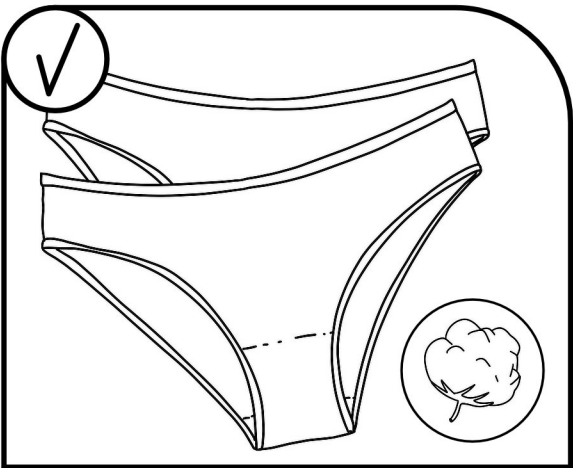
Vacíe la vejiga cada dos o tres horas.



Lávese los genitales con agua y jabón neutro. De delante hacia atrás.



Orine antes y después de mantener relaciones íntimas.



Utilice ropa interior de algodón.



Beba mucha agua.



Acuda a un centro de salud ante estas situaciones

Fiebre

Orina con sangre

Dolor lumbar

Si deja de orinar



Observaciones e indicaciones