

膀胱炎にならないために…

■陰部を清潔に保ちましょう。

- 生理用ナプキンをこまめに替えましょう。
- 毎日入浴するようにしましょう。
- 排便の後は、「前から後ろ」に向けて拭くようにしましょう。

■性行為の後は、トイレに行くようにしましょう。

■おしっこは我慢しないようにしましょう。

■疲れやストレスをためないようにしましょう。



© 1976, 2019 SANRIO CO., LTD. ©

心配なこと、気になることがありましたら、
先生に相談してください。

病院・医院名

富士フイルム 富山化学株式会社

FUJIFILM
Value from Innovation

患者さん用

ぼう こう えん 膀胱炎と診断されたら…

監修 愛知医科大学大学院医学研究科 臨床感染症学
主任教授 三嶋 廣繁 先生

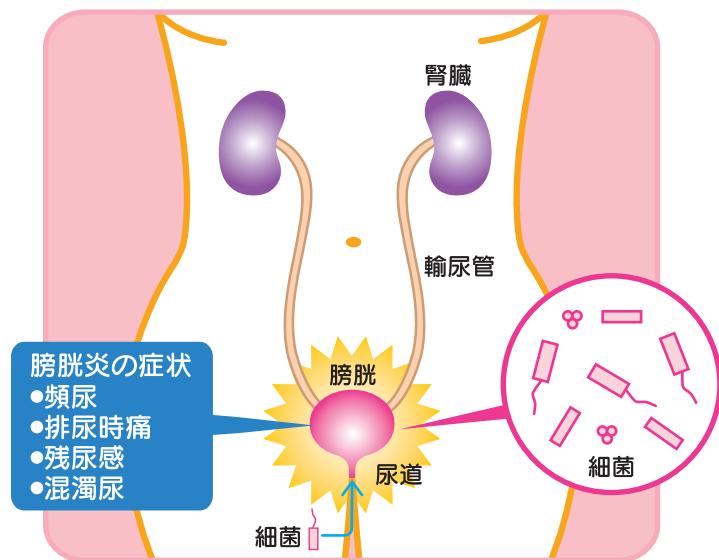
膀胱炎とは…



膀胱炎になると？

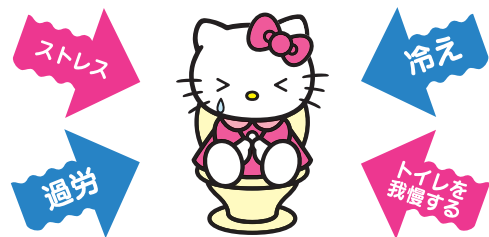
- 1日に何回もトイレに行きたくくなります。(頻尿)
- おしっこの終わり頃に強い痛みを感じます。(排尿痛)
- おしっこをしてもまだおしっこが出るような気がします。(残尿感)
- おしっこが濁ったり血が混じったりします。(混濁尿)

膀胱炎とは？…



膀胱炎は、肛門や膣付近の細菌が、尿道口から膀胱内に侵入し、増殖することで発症します。女性は男性と比べると尿道が短い
ため、細菌が膀胱内に侵入しやすく、膀胱炎にかかりやすくなります。

ただし、健康な状態の時には膀胱炎を起こすことはありません。
様々な理由により、身体の免疫力（抵抗力）が低下すると、
膀胱炎を起こします。



膀胱炎と診断された時の注意点

■水分を十分にとりましょう！

- 膀胱の中の細菌を早く排出させるために、お茶や水などの水分をたくさんとりましょう。
- アルコールは、症状を悪化させることがあるので避けましょう。



■こまめにトイレに行きましょう！

- 排尿時の痛みのためにトイレを我慢すると、膀胱の中の細菌が増殖し治りにくくなります。



■くすりは、きちんと飲みましょう！

- 症状がよくなったからといって、途中でくすりの服用をやめると、細菌が再び増殖し、症状が悪化することがあります。



■身体を休めましょう！

- バランスのよい食事を取り、十分に睡眠をとるなど身体を休めましょう！



■膀胱炎症状が治るまで、性行為は避けましょう！