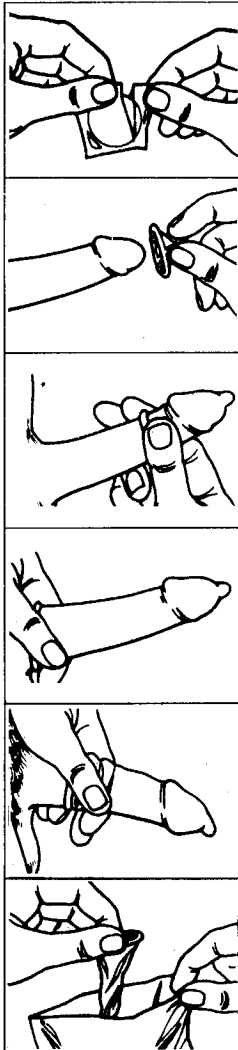


NSW SEXUAL HEALTH SERVICES

Providing free and confidential
sexual health care.

-----COME SI USA UN PROFILATTICO-----

1. Parlate prima col vostro partner dell'uso del profilattico.
2. Controllate la data di scadenza sul retro del pacchetto.
3. Praticate in anticipo come si usa un profilattico. Provatene diversi tipi per misura e comodità.
4. Mettere il profilattico sul pene prima di avere contatti sessuali. Non danneggiarlo con anelli o con le unghie.
5. Srotolarlo fino alla base del pene.
6. Quando vi tirerete indietro tenete fermo l'orlo del profilattico.
7. Usate lubrificanti a base acquosa quali *KY Jelly* o *Wet Stuff*. Non usate lubrificanti a base oleosa quali vaselina o baby oil (questi fanno deteriorare la gomma).
8. Sbarazzatevi del profilattico buttandolo in una pattumiera, non nel gabinetto.



Diagrammi provvisti dal
National Advisory
Committee
per l'AIDS

Albury	Ph: (02) 6058 1831
Balranald	Ph: (03) 5027 2345
Bourke	Ph: (02) 68722145
Broken Hill	Ph: (08) 8088 5800
Canterbury	Ph: (02) 9718 7655
Coffs Harbour	Ph: (02) 6659 1916
Dubbo	Ph: (02) 6885 1700
Forster	Ph: (02) 6555 6822
Gosford	Ph: (02) 4320 2114
Goulburn	Ph: (02) 4827 3470
Katoomba	Ph: (02) 4780 6060
Kings Cross	Ph: (02) 9360 2766
Kogarah	Ph: (02) 9350 2742
Lightning Ridge	Ph: (02) 68291022
Lismore	Ph: (02) 6620 2980
Liverpool	Ph: (02) 9827 8022
Manly	Ph: (02) 9977 3288
Marrickville	Ph: (02) 9560 3057
Newcastle	Ph: (02) 4923 6909
Nowra	Ph: (02) 4423 9353
Orange	Ph: (02) 6361 9906
Parramatta	Ph: (02) 9843 3124
Penrith	Ph: (02) 4724 2507
Port Kembla	Ph: (02) 4276 2399
Richmond	Ph: (02) 4578 1622
St Leonards	Ph: (02) 9926 7414
Sydney City	Ph: (02) 9382 7440
Tamworth	Ph: (02) 6766 3095
Taree	Ph: (02) 6551 1315
Wagga Wagga	Ph: (02) 6938 6492

I numeri di telefono sono corretti al momento della pubblicazione, ma non vengono aggiornati costantemente. E' bene pertanto controllare i numeri stessi sulla guida telefonica.

La cistite (Cystitis)

**SYDNEY
SEXUAL
HEALTH
CENTRE**

e UNITA' ACCADEMICA in MEDICINA
SESSUOLOGICA
University of Sydney/University of New South Wales

November 1994

Che cos'è la cistite?

La parola cistite significa infiammazione della vescica. La cistite di solito è causata da un'infezione batterica. Però si possono manifestare sintomi simili a causa di: irritazione fisica dell'uretra es. rapporti sessuali; irritazione chimica es. profumi, vaporizzatori vaginali; o ulcerazioni es. l'herpes vicino all'uretra.

Quali sono i sintomi?

I sintomi della cistite includono uno qualunque dei seguenti sintomi:

- disuria (una sensazione di bruciore durante l'espulsione dell'urina o subito dopo)
- urgenza (bisogno di urinare immediatamente)
- frequenza (espellere piccole quantità di urina più frequentemente)
- urina maleodorante
- dolore nel basso addome generalmente verso il centro. (Il dolore nel centro della schiena può indicare che l'infezione ha raggiunto i reni)
- nicturia (doversi alzare ripetutamente dal letto per urinare)

Che cosa provoca la cistite?

La vescica può infettarsi a causa di una varietà di fattori. Questi includono:

- Variazioni anatomiche cioè differenze congenite o cambiamenti in conseguenza di un parto.
- La mancata espulsione adeguata delle urine dalla vescica o a causa di un'abitudine o dell'incompleto funzionamento della vescica.
- Posizioni assunte durante i rapporti sessuali che traumatizzano l'uretra della donna.
- Infezioni provenienti dai reni.
- Altre ragioni che non sono ben comprese, ma sono molto comuni.

Quale trattamento viene adottato?

La cistite viene trattata con una cura di antibiotici. A questo scopo si deve andare dal dottore e farsi fare l'analisi delle urine. Talvolta è necessario ripetere l'analisi delle urine dopo la fine della cura per accertare se l'infezione si è risolta. Per assistere ove i sintomi siano gravi, assumere un alcalinizzatore dell'urina es.: 1 cucchiaino da tè di bicarbonato di soda in un bicchiere d'acqua o Urai/bustine effervescenti al citrato ottenibili in farmacia. Se la cistite è ricorrente può essere necessario evitare i fattori che la fanno scattare, sottoporsi a ulteriori analisi o a prolungate cure con antibiotici.

Che cosa si può fare per prevenire la cistite?

- Evitare di rimandare l'urinazione e accertarsi che la vescica sia vuota al massimo.
- Le donne dovrebbero sempre pulirsi dal davanti (vagina) al dietro (ano) dopo l'urinazione.
- Alcune donne trovano che urinare subito dopo un rapporto sessuale può aiutare a prevenire la cistite.
- Bere molta acqua (2 litri al giorno) che aiuterà la produzione e l'espulsione di urine.

