



**GERNU-INFEKZIOAK**  
**INFECCIONES URINARIAS**

**ELIKADURA**

Amagandiko edoskitzea:

- Beste infekzio batzuekin gertatzen den bezala, egiaztatu da amagandiko edoskitzeak babestu egiten duela gernu-bidea.
- Prebiotikoak (bifidusak, laktofilusa...) dituzten esnekiak.
- Likido asko edan.

**HIGIENEA**

- Aldatu maiz pixoihalak
- Garbitu genitalen eta uzkiko zona aurretik atzerantz
- Ez erabili produktu narritagarririk (xaboiak, gelak...)
- Kotoizko barruko arropa
- Dutxa gomendatzen da, ez bainua

**MIKZIOAK**

- Saiatu haurrak txiza maiz egitea eta mikzio bakoitzean maskuria erabat hustea.

Saihestu idorreria.

**ALIMENTACIÓN**

Lactancia materna:

- Al igual que ocurre con otras infecciones, se ha comprobado que la lactancia materna tiene efecto protector sobre la vía urinaria.
- Alimentos lácteos con prebióticos (bifidas, lactófilus..)
- Beber abundantes líquidos

**HIGIENE**

- Cambios frecuentes de pañales
- Limpieza de la zona genital y anal de delante hacia atrás.
- Evitar la utilización de irritantes (jabones, geles..)
- Ropa interior de algodón
- Aconsejable ducha, no baño

**MICCIONES**

- Intentar que el niño/a realice frecuentes micciones y que vacíe totalmente la vejiga en cada micción.

Evitar el estreñimiento.