



### i say: URINVÄGSINFEKTION, KAPSLAR

i say: urinvägsinfektion är den första medicintekniska egenvårdsprodukten i EU för behandling och förebyggande av urinvägsinfektioner. Det naturliga Cranberry-Active™ har egenskaper som gör det svårare för *E.coli* bakterier att få fäste och är en effektiv behandling som inte belastar kroppen.

#### VAD ANVÄNDS KAPSLARNA TILL?

- Behandling och förebyggande av urinvägsinfektioner (UVI).

#### VILKA SYMTOM FÅR MAN AV UVI?

De vanligaste symtomen på UVI är förknippade med ett frekvent behov av att kissa, smärta eller sveda då du kissar, grumlig eller mörk urin, obehaglig lukt och obehaglig känsla i nedre delen av buken. Urinvägsinfektioner kan orsaka molande smärta precis under naveln i nedre delen av buken och i korsryggen. Uppsök läkare om du upptäcker blod i urinen.

#### HUR FUNGERAR KAPSLARNA?

**Steg 1.** *E.coli* tränger in i urinblåsans vägg och orsakar en infektion genom att föröka sig i blåsväggen.

**Steg 2.** Cranberry-Active™ bildar ett lager runt *E.coli* bakterien som förhindrar den från att få fäste i urinblåsans vägg.

**Steg 3.** Den skadliga bakterien kan inte föröka sig och infektionen kan inte sprida sig i urinblåsans vägg. Till följd av detta sköljs bakterierna ut med urinen, medan din kropp kan börja sin naturliga tillfriskningsprocess.

#### VEM KAN ANVÄNDA KAPSLARNA?

Vuxna, barn från 12 års ålder och diabetiker.

#### HUR SKA MAN ANVÄNDA KAPSLARNA?

**Behandling:** Ta 2 kapslar per dag med ett glas vatten under en period på 15 dagar.

**Förebyggande behandling:** Ta 1 kapsel per dag med ett glas vatten. Du kan ta kapslarna t.ex. under perioder när du har nedsatt motståndskraft, sömnbrist eller stress.

	Dos	Duration
Behandling	2 kapslar dagligen	15 dagar
Förebyggande behandling	1 kapsel dagligen	dagligen

#### INNEHÅLL

Cranberry-Active™, potatisstärkelse, hydroxiipropylmetylcellulosa (HPMC) och titandioxid. Kapslarnas innehållsämnen är tillverkade av växtbaserat material (inga djurvävnader) och är lämpliga för vegetarianer. De innehåller inga starka kemikalier och är inte testade på djur.

#### VARNINGAR

- Endast för oral användning.
- Tugga eller bryt inte kapseln före du sväljer den.
- Tala med en läkare eller apotekspersonalen om du har blod i urinen.
- Boka ett besök hos en läkare eller tala med apotekspersonalen om du upptäcker något som är ovanligt eller obekvämt.
- Tala med en läkare eller apotekspersonalen om symtomen inte blir bättre inom 5 dagar.
- Enligt nuvarande kunskap kan kapslarna användas samtidigt med andra läkemedel. Om du använder warfarin eller om du är osäker, rådfråga läkare eller apotekspersonalen.
- Det finns inga kända biverkningar om preparatet används enligt bruksanvisningen.
- Använd inte kapslarna om du är allergisk eller överkänslig mot något innehållsämne. Du hittar innehållsämnen i avsnittet "Innehåll".

## VIKTIGT ATT KOMMA IHÅG

Drick mycket vatten när du har urinvägsinfektion.

## HUR SKA KAPSLARNA FÖRVARAS?

- Förvara alltid kapslarna i originalförpackningen i rumstemperatur (15-25 °C). Förvaras på ett mörkt och torrt ställe.
- Används före utgångsdatum som anges på förpackningen.
- Förvaras utom syn- och räckhåll för barn.

## VAD INNEHÅLLER FÖRPACKNINGEN?

- 30 kapslar.
- Bruksanvisning.

## FAKTA OM UVI

Urinvägsinfektion är mycket vanligt och cirka en tredjedel av alla kvinnor får UVI åtminstone en gång före 24 års ålder. Vissa kvinnor kan få UVI 2-3 gånger per år. Jämfört med män är kvinnor särskilt utsatta för UVI på grund av anatomiska orsaker, eftersom kvinnornas urinrör är kortare än männens. Den vanligaste orsaken till urinvägsinfektion är en bakterieinfektion som sprider sig från urinröret till urinblåsan. I de flesta fall är infektionen orsakad av E. coli bakterier som naturligt finns i tarmen men som har kommit från analöppningen till urinröret och vidare upp i urinvägarna.

Andra orsaker kan vara ofullständig tömning av blåsan, sexuell aktivitet, graviditet, diabetes mellitus och intag av för lite vätska. Andra orsaker är irritation från blåsstenar eller kemikalier, irriterande ämnen i kosten eller klimakteriebesvär. Även vissa läkemedel kan leda till UVI.

## TIPS FRÅN i say:

- Kvinnor ska torka sig framifrån bakåt efter att de tömt tarmen. Detta förhindrar att bakterierna sprids från analöppningen till urinröret.
- Du ska dricka mycket vatten. Att kissa ofta hjälper att skölja ut bakterier från urinröret och blåsan.
- Töm alltid blåsan fullständigt och håll inte tillbaka när du behöver kissa, då kan bakterier som finns i blåsan utvecklas till UVI. Försök komma ihåg att kissa efter att du haft sex. Detta förhindrar att bakterier stannar i urinröret. Försök att inte ha skyndsamt när du kissar och ta dig tid att tömma blåsan.

- Tvätta intimoområdet före och efter sex för att förhindra att bakterier sprids till urinröret.

## i say: TA HAND OM DIN KROPP!

Vår kropp är vår viktigaste och mest värdefulla tillgång. Vi borde vårda vår kropp varsamt och ömt. Med i say: produkterna kan du behandla och förebygga enkla vardagliga sjukdomar utan att belasta kroppen. Hur? i say: produkterna har genom kliniska tester visat sig verka lokalt och stöda kroppens naturliga tillfriskningsprocess. Tillsammans med ett team av medicinska professionella, har vi utvecklat en hel produktlinje för behandling och förebyggande av enkla dagliga sjukdomar på områden som: Kvinnohälsa, Mag-tarm området, Munvård, Fotvård, Dermatologi och vi kommer att utveckla många fler.

## i say: BE GOOD TO YOUR BODY!

*Drs Pieterella A.M. Bouter*

[www.isay.se](http://www.isay.se)

Senast reviderad: mars 2016