

date de l'infection :

envies fréquentes
d'uriner

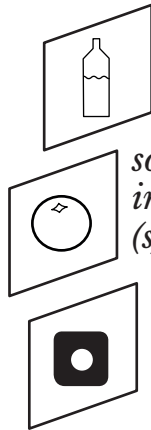
Forme ondulée pour noter les symptômes.

douleurs à la miction

Forme ondulée pour noter les symptômes.

sang dans l'urine

Forme ondulée pour noter les symptômes.



so
in
(s)

date de l'infection :

envies fréquents
d'uriner

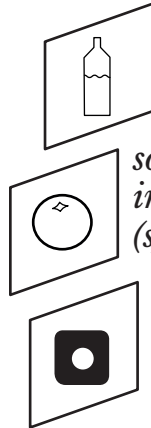
Forme ondulée pour noter les symptômes.

douleurs à la miction

Forme ondulée pour noter les symptômes.

sang dans l'urine

Forme ondulée pour noter les symptômes.



so
in
(s)

date de l'infection :

envies fréquents
d'uriner

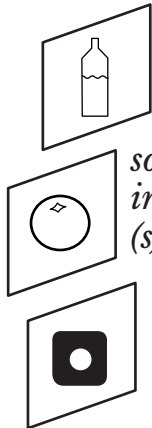
Forme ondulée pour noter les symptômes.

douleurs à la miction

Forme ondulée pour noter les symptômes.

sang dans l'urine

Forme ondulée pour noter les symptômes.



so
in
(s)

date de l'infection :

envies fréquents
d'uriner

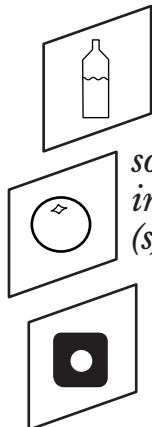
Forme ondulée pour noter les symptômes.

douleurs à la miction

Forme ondulée pour noter les symptômes.

sang dans l'urine

Forme ondulée pour noter les symptômes.



so
in
(s)

grimoire gynécologique

Ton corps évolue, se transforme au fil des nombreux événements qui constellent ta vie. Parfois tu ne les remarques pas, tu n'en tiens pas forcément compte. Une multitudes de facteurs influent sur ton corps, ta santé, ton bien-être. Parfois, tu as besoin de te souvenir de certains de ces événements mais tu les as oubliés, ils sont flous, les dates se mélangent. Visualiser les

événements physiologiques, les maux, les pathologies, les rencontres médicales, les relations, les soins, peuvent te permettre d'acquérir plus d'autonomie vis-à-vis de ta santé. Cela peut te permettre d'observer des liens, des récurrences entre différents événements, te donnant plus de force et de savoir lorsque tu rencontre des médecins par exemple.

Cette plateforme te propose de créer ton grimoire gynécologique. À l'aide de fiches à imprimer, que tu pourras compléter, archiver, annexer avec d'autres documents, ton grimoire gynécologie pourra te suivre durant toute la vie, tu en es la constructeur-ice.

cystites

La cystite est une inflammation de la paroi de la vessie qui peut être liée à une infection des urines ou à une maladie de la vessie. Il s'agit de la prolifération de bactéries en provenance des régions anales et vulvaires qui remontent vers la vessie. Elle peut survenir de façon plus ou moins régulière. Parfois les cystites peuvent entraîner des complications au niveau des

reins, auquel cas, elles doivent faire l'objet d'un suivi médical sérieux. Cependant, le plus souvent, ces épisodes sont passagers et peuvent être soignés rapidement. Il est possible de prendre un antibiotique prescrit par un-e médecin, mais on peut également utiliser des plantes comme la cranberry (sous forme de gélules ou de jus de fruit) mais aussi beaucoup s'hydrater pour

faire passer l'infection. Les causes peuvent être nombreuses c'est pourquoi il peut être important de répertorier ces épisodes afin de pouvoir mieux déterminer les raisons et solutions à adopter.

