

## LES NOUVELLES MISSIONS DU PHARMACIEN

Sachez que votre pharmacien s'est vu confier de nouvelles missions de Pharmacie Clinique qui permettent d'améliorer votre parcours de soin en continuité des autres professionnels de santé.

Il peut pratiquer un large choix de vaccins, des tests antigéniques, il peut aussi mettre en place un suivi de votre traitement en organisant des entretiens pharmaceutiques avec vous, vous aider pour le dépistage de certains cancers ou pour le sevrage tabagique. Il peut désormais prendre en charge certaines pathologies comme la cystite, la varicelle, l'angine ou la suite d'une rhinite allergique.

**Parlez-en à votre pharmacien il pourra certainement vous aider !**



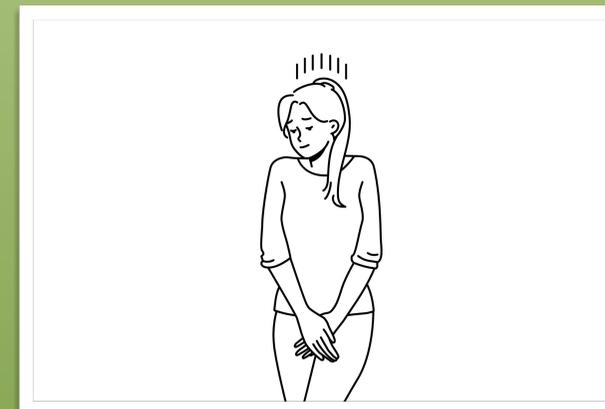
## PRENEZ BIEN SOIN DE VOUS

N'hésitez pas à contacter votre pharmacien ou votre médecin pour toutes informations complémentaires.

**Conseils validés par la Haute  
Autorité de Santé et vos  
professionnels de santé.**



## LES BONS CONSEILS



**Fiche des conseils à  
appliquer pour  
éviter une infection  
urinaire ou une  
récidive.**





Si le pharmacien vous a dispensé un antibiotique à la suite de votre entretien, il est important de bien le prendre selon ces recommandations :

- Si c'est de la Fosfomycine, il est important de le prendre 2 heures après le repas, juste avant de se coucher avec un grand verre d'eau. Il pourra ainsi agir correctement durant la nuit.
- Si c'est du Pivmecillinam, prenez 2 comprimés le matin et le soir pendant 5 jours avec un grand verre d'eau et n'oubliez pas de rester debout durant 30 minutes après la prise.

Les symptômes devraient rapidement disparaître et votre état s'améliorer.

Cependant, si votre état s'empire ou ne s'améliore pas après 48 heures, il est impératif de consulter votre médecin et d'informer votre pharmacien.

# CONSEILS ASSOCIÉS POUR LA CYSTITE

L'infection urinaire simple, aussi appelée cystite, est un motif très fréquent de consultation. Elle est bénigne la plupart du temps mais peut nécessiter un traitement dans certains cas. De nombreux conseils bien appliqués peuvent diminuer drastiquement le nombre de cystite ou de récurrence.



## HYDRATATION ET DIURÈSE :

- Buvez au moins 1,5L d'eau par jour
- Ne vous retenez pas et urinez dès que vous en avez envie. Urinez complètement avec un jet puissant afin de vider entièrement votre vessie.
- Urinez rapidement après chaque rapport sexuel



## HYGIÈNE INTIME :

- Pratiquez au maximum une toilette intime par jour. Une hygiène intime excessive ou insuffisante peut conduire à une cystite.
- Utilisez un savon doux spécifique pour l'hygiène intime (sans parfum, pH physiologique), demandez conseil à votre pharmacien.
- Une cure de Pro-prébiotiques 3 mois dans l'année vous permettra de retrouver un équilibre



## AUTRES :

- Lutte contre la constipation.
- Évitez l'usage de spermicide.

