



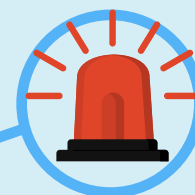
Prévention et gestion

Bien que tous les SBAU ne puissent pas être prévenus, **certaines mesures peuvent aider à réduire les symptômes :**

- > Hydratation adéquate (1,5L d'eau / jour)
- > Limiter les excitants (café, thé, alcool)
- > Diminuer les boissons le soir
- > Traitement de la constipation
- > Renforcer les muscles du plancher pelvien
- > Limiter la prise de poids

LES SYMPTÔMES DU BAS APPAREIL URINAIRE (SBAU) ?

Les symptômes du bas appareil urinaire (SBAU) regroupent divers troubles **affectant la vessie, l'urètre et la prostate.**



Quand consulter ?

Il est important de consulter en urgence en cas de :

- > Mictions fréquentes le jour comme la nuit
- > Envies urgentes d'uriner
- > Fuites urinaires
- > Jet faible
- > Nécessité d'attendre ou de pousser pour uriner
- > Gouttes retardataires
- > Sensation de vidange incomplète
- > Blocage urinaire complet
- > Fièvre > 38,5 avec brûlures ou difficultés à uriner
- > Saignements avec caillots dans les urines

Parlez de vos symptômes avec votre médecin pour obtenir un diagnostic précis et un traitement adapté