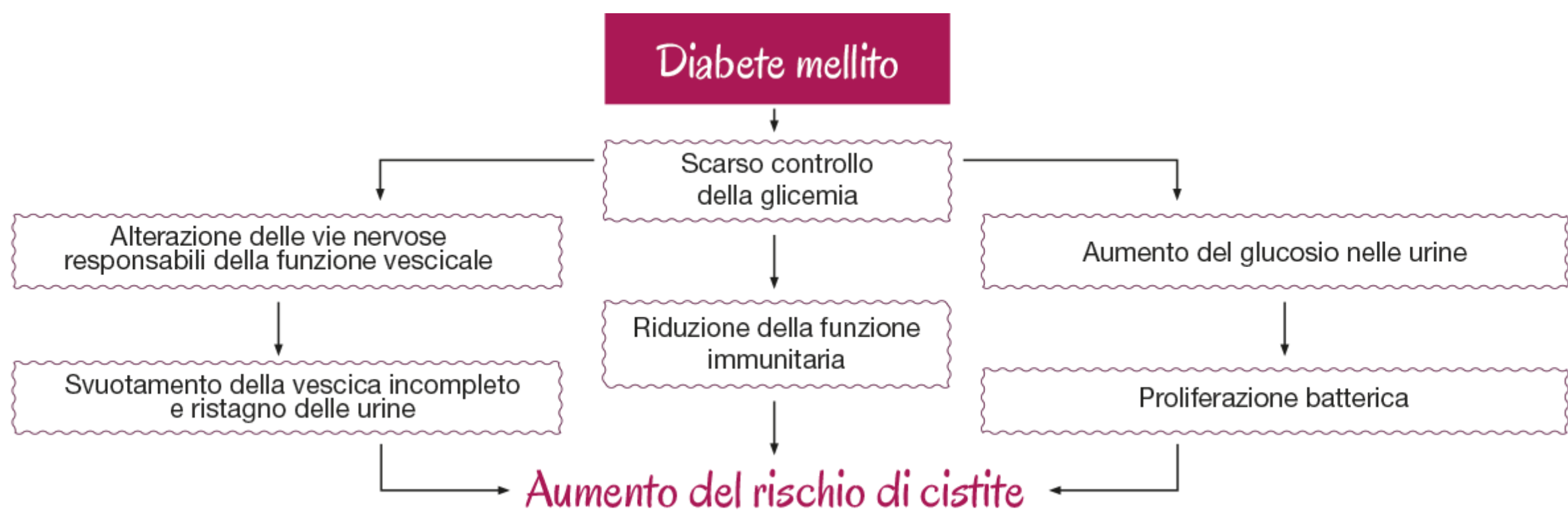




Sono Carla, ho 49 anni e soffro di cistite.

**Il diabete mi provoca frequenti episodi di cistite.
Da quando ho il diabete soffro più spesso di cistite.
Vorrei poter gestire meglio la mia salute, anche attraverso il controllo e la prevenzione degli episodi di cistite.**

Il diabete mellito aumenta il rischio di infezioni, soprattutto di quelle urinarie.



La nutrizionista consiglia...

Il controllo della glicemia dipende anche da una corretta alimentazione



Preferire cibi a indice glicemico basso o molto basso.

Consumare cereali integrali.

Consumare frutta a basso indice glicemico (mela, arancia, pompelmo) e sempre lontano dai pasti.

Fare 5 o 6 piccoli pasti al giorno.



Evitare farine raffinate, dolci, bibite gassate.



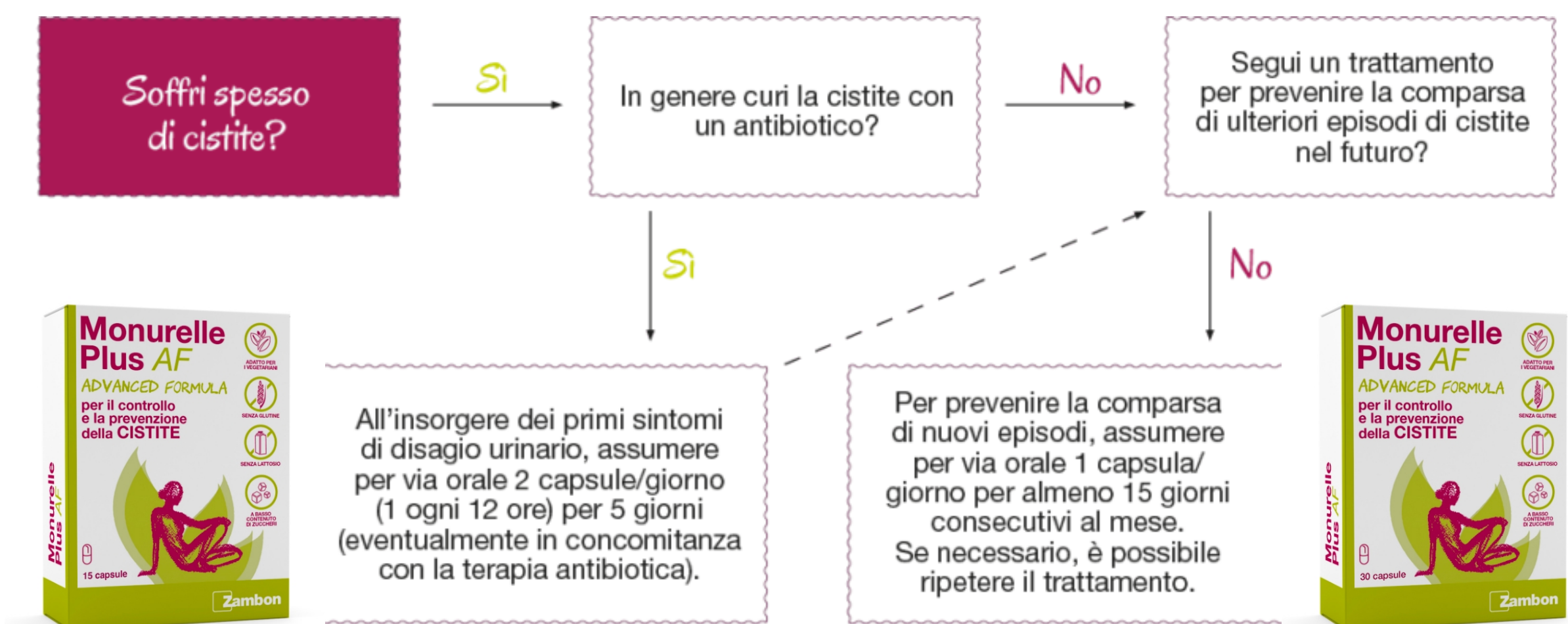
Frutta o centrifughe o spremuta, latte parzialmente scremato e cereali integrali.



Preferire cereali integrali conditi con verdure o sughi leggeri, evitando l'abbinamento cereali e legumi (pasta e fagioli, riso e lenticchie...); preferire sempre la verdura verde.

Evitare cereali e legumi, preferire le proteine (carni bianche e pesce) e limitare formaggi e affettati.

In caso di cistite Monurelle Plus **AF** può aiutarti per il controllo dell'episodio acuto e per la prevenzione delle ricadute.



Il composto a base di Xiloglucano del tamarindo (Emicellulosa) e Celosio svolge un'azione meccanica nel lume intestinale impedendo il contatto degli agenti patogeni con la mucosa intestinale, che è la prima fase per la loro proliferazione e il passaggio seguente al tratto urinario.