

# Infecion del Tracto Urinario (ITU)

ITU es una infeccion que puede afectar a la uretra (el tubo a la vejiga), a la vejiga o en si a los riñones. Normalmente es causada por bacterias en la vagina o en el recto.

## ***Que causa un ITU?***

- ITUs se encuentra mas comun en mujeres que en hombres y muchas veces es causado por tener sexo, especialmente con una nueva pareja.
- Infecciones como tricomonas, herpes, clamidia, gonorrea tambien pueden causar sintomas de ITU.

## ***Cuales son los sintomas de ITU?***

- Dolor al orinar, o dolor sobre la vejiga (bajo la viente)
- Ganas de orinar mas frecuentemente
- Urgencia (necesidad de orinar inmediatamente)
- Sangre al orinar

## ***Como sabes que tipo de infeccion es?***

- Tu doctor podria examinar tu vagina, cervix (la apertura del utero), ovarios, tubos, y vejiga para buscar los seÑales de la infeccion.
- El flujo vaginal podria ser revisado en el microscopio.
- Si tus pruebas demuestran tricomoniasis, gonorrea o clamidia, tus parejas recientes necesitaran un examen y tratamiento para estas infecciones.
- Tu orina sera analizado para determinar si hay infeccion (pus o bacteria).
- Si se deja sin tratar, ITUs puede transmitirse a los riñones y terminar en una infeccion mas seria.

## ***Cual es el tratamiento?***

- Medicamentos antibioticos. Es importante que tomes todo el medicamento aunque tus sintomas se desaparezcan dentro de uno a dos dias. Si tus sintomas mejoran pero no se van por completo, puede ser que necesitas otro tipo de antibiotico.
- Evita sexo en la vagina por una semana despues de que comiences tu medicamento.

## **Como puedo evitar contrair ITU?**

- Bebe 8-10 vasos de agua por dia.
- Limpíate de adelante para atras cuando uses el baño para evitar introducir bacteria anal a la vaginal.
- Bebe un vaso de agua antes de tener sexo y orina inmediatamente despues del sexo para lavar las bacterias de la uretra.
- Usa lubricantes con base de agua con el sexo vaginal, especialmente si estas usando condones. Asegurate que estas suficientemente lubricada antes del sexo.
- Si tienes infecciones frecuentes (mas de 5) podrias ser referida a una evaluacion con un especialista.

### **Para mas informacion sobre ETSs, consulte estas paginas:**

<http://www.noah-health.org/>

<http://www.ashastd.org/>

<http://www.cdc.gov/std/>

<http://www.dph.sf.ca.us/sfcityclinic/>

<http://www.sfsi.org/>

### **Recursos para Mujeres:**

<http://www.ppgg.org/>

<http://endabuse.org/>

<http://www.4woman.gov/>

### **Recursos para Jovenes:**

<http://www.iwannaknow.org>

<http://kidshealth.org/teen/>

<http://www.teenhealthfx.com/>

Para exámenes o tratamiento de ETSs  
visita a tu médico, clínica local, o ven a:

City Clinic  
356 Calle Séptima  
(entre Folsom y Harrison)  
San Francisco, CA 94103  
(415) 487-5500



<http://www.dph.sf.ca.us/sfcityclinic/>