

alguns exemplos de doenças

INFECÇÃO URINÁRIA

Também conhecida como infecção do trato urinário (ITU), a infecção urinária é uma doença desencadeada por micro-organismos, que invadem e multiplicam-se em partes do sistema urinário, como rins, ureteres, bexiga e uretra, sendo mais comuns na bexiga e uretra. É mais comum nas mulheres por uma particularidade anatômica, a uretra feminina é bem mais curta que a masculina. Isso significa que o caminho que as bactérias precisam percorrer até chegar à bexiga é menor.

Principais sintomas :

- Dor ao urinar
- Sangue na urina
- Febre
- Vontade constante em urinar
- Corrimento uretral (saída de pus pela uretra)
- Vômitos e náuseas
- Dor lombar
- Urina com mau cheiro
- Desorientação (principalmente em idosos)
- Perda involuntária de urina (incontinência)

Recomendações de prevenção:

- Consumir bastante água
- Ir ao banheiro sempre que há vontade de urinar
- Evitar o uso de duchas vaginais

- Usar sempre o papel higiênico no sentido de frente para trás
- Urinar sempre após a relação sexual

VIROSE

infecções virais de natureza leve que atingem principalmente o trato respiratório ou intestinal, provocando uma lista reduzida de sintomas e contando com um breve período de manifestação.

principais sintomas

- diarreia
- vômito e náusea
- dor no abdômen
- dor de cabeça ou no corpo
- febre

Quanto tempo dura uma virose?

Não costuma passar de um total de 10 dias para a recuperação total, na média dos casos.

recomendação :

Repouso e fortalecimento do corpo, para que o sistema imunológico seja capaz de eliminar o vírus mais rapidamente. As principais recomendações são manter-se bem hidratado, manter uma alimentação equilibrada e evitar atividades desgastantes.

CORONAVÍRUS (COVID -19)

é uma doença infecciosa causada pelo vírus SARS-CoV-2.

O vírus pode se espalhar pela boca ou pelo nariz de uma pessoa infectada, em pequenas partículas líquidas expelidas quando elas tosem, espirram, falam, cantam ou respiram.

A infecção pode ocorrer caso você inale o vírus quando estiver perto de alguém que tenha COVID-19 ou se você tocar em uma superfície contaminada e, em seguida, passar as mãos nos olhos, no nariz ou na boca. O vírus se espalha com mais facilidade em locais fechados e em multidões.

Sintomas mais comuns:

- febre
- tosse
- cansaço
- perda de paladar ou olfato.

Sintomas menos comuns:

- dor de garganta
- dor de cabeça
- dores e dores
- diarreia
- uma erupção cutânea na pele ou descoloração dos dedos das mãos ou dos pés
- olhos vermelhos ou irritados.

Sintomas graves:

- dificuldade em respirar ou falta de ar

- perda de fala ou mobilidade, ou confusão
- dor no peito.

recomendação da OMS:

Procure atendimento médico imediato se tiver sintomas graves. Sempre ligue antes de visitar seu médico ou unidade de saúde.

Pessoas com sintomas leves que são saudáveis devem gerenciar seus sintomas em casa.

Em média, leva de 5 a 6 dias a partir do momento em que alguém é infectado com o vírus para que os sintomas apareçam, no entanto, pode levar até 14 dias.