

# ! i say: PRODUCTEN ZIJN NIET • BELASTEND VOOR JE LICHAAM



## WANNEER IS HET SLIM MIJN TABLETTEN TE GEBRUIKEN?

- Voor het behandelen van een blaasinfectie\*.

### IK ZEG: WEG MET JE BLAASINFECTIE!

Een blaasinfectie is meestal makkelijk te herkennen. Je hebt het gevoel steeds te moeten plassen, maar eenmaal op het toilet komt er niet veel uit. Bovendien ruikt je plas onaangenaam en is het troebel. Bovendien vaak een branderig gevoel op bij het plassen. Een blaasinfectie kan een zeurende pijn in de onderbuik geven, vlak onder de navel en onderrug. Indien er bloed in de urine zit, bij twijfel of als de klachten aanhouden of zich verergeren dient een arts geraadpleegd te worden. De meest voorkomende oorzaak van een blaasinfectie is een bacteriële infectie die vanuit de urinebuis je blaas infecteert. Het zijn in feite bacteriën (Escherichia coli en Klebsiella), die thuishoren in je darmen, maar vanuit de anus je urinebuis en vervolgens je blaas zijn binnengedrongen.

Ze hechten zich daar aan de blaaswand en veroorzaken zo de ontsteking. Bij vrouwen komt een blaasinfectie vaker voor dan bij mannen, simpelweg omdat de vrouwelijke

urinebuis en vagina dicht bij de anus liggen. Daarnaast hebben vrouwen een kortere urinebuis dan mannen, de bacteriën hoeven dus een minder lange weg af te leggen. Ook kunnen de bacteriën worden overgedragen tijdens het vrijen. i say tabletten zorgen ervoor dat de eerder omschreven bacteriën zich niet kunnen hechten aan de slijmvliescellen van de blaaswand. Zodoende blijven ze niet in de blaas achter, maar worden er met de urine gelijk weer uitgespoeld.

### WERKING EN SAMENSTELLING VAN DE TABLETTEN:

De werkzame stof van de tabletten gaat direct via je nieren naar de urinewegen. Eenmaal in de blaas belandt, binden de moleculen van de werkzame stof zich daar aan de bacteriën, voorkomen dat de bacterie zich kan hechten en worden samen met de urine uit je lichaam afgevoerd.

De werkzame stof van de tabletten is Cranberry-Active™, Isomalt, Magnesiumstearate. Cranberry-Active™ is een gepatenteerd extract (dus geconcentreerd) van cranberries.

### HOE GEBRUIK JE DE TABLETTEN?:

Tweemaal daags één tablet gedurende 14 dagen. Neem de tabletten in met een glas water tijdens het eten. Indien gewenst kun je de kuur nog een keer herhalen. Als je twijfelt of als de klachten niet verminderen na 5 dagen, maak dan een afspraak met je (huis)arts.

	dosering	duur
behandeling	2 tabletten per dag	14 dagen

### WAAR JE OP MOET LETTEN:

- Drink veel water.
- De tabletten zijn niet geschikt voor kinderen onder de 12 jaar.
- Als je zwanger bent of borstvoeding geeft, kun je de tabletten gebruiken.
- Je moet de tabletten niet gebruiken als je allergisch of gevoelig bent voor de ingrediënten in de tabletten. Je vindt de opsomming onder het kopje 'Werking en samenstelling van de tabletten'.
- Voor zover bekend, kun je de tabletten in combinatie met geneesmiddelen gebruiken. Raadpleeg bij twijfel je (huis)arts of apotheker.

### HET BEWAREN VAN DE TABLETTEN:

- Bewaar ze altijd in de originele verpakking en bij kamertemperatuur op een droge, donkere plaats.
- De houdbaarheidsdatum vind je zowel op de blister als op het doosje.

# ! i say: WEER MET PLEZIER • NAAR HET TOILET GAAN

## WAAR IK JE VOOR WAARSCHUW:

- Houd de tabletten altijd buiten het bereik van kinderen.
- Je mag de tabletten alleen via de mond innemen.
- Als de klachten niet verminderen na 5 dagen, maak dan een afspraak met je (huis)arts.
- Ook als je iets raars of vervelends opvalt, kun je het beste even bellen met je (huis)arts of bij de apotheek langsgaan.

Goede hygiëne is belangrijk om een blaasinfectie te voorkomen. Na ontlasting kunnen vrouwen het beste de billen van voren naar achteren afvegen. Zo voorkom je dat bacteriën uit je ontlasting in je urinebuis komen. Ook is het belangrijk voldoende water te drinken. Door regelmatig te plassen, spoel je de bacteriën naar buiten. Plas je blaas altijd goed leeg. Vrouwen kunnen het beste na het vrijen even naar het toilet gaan en de blaas helemaal leeg plassen. Zo voorkom je dat bacteriën achterblijven. Probeer niet te gehaast te plassen en de tijd te nemen om je blaas goed te legen. Plas regelmatig en stel het plassen niet te lang uit.

i say tabletten bevat, net als al mijn andere producten, geen parabenen en hormonen. Ze worden niet op dieren getest. Werken samen met de natuurlijke processen van je lichaam.

Wil je meer weten over mijn filosofie, over de producten, of wil je me iets vertellen over je ervaringen met een van de producten? Ga dan naar [isaymedical.com](http://isaymedical.com).



isaymedical



#isaymedical

## \*BLAASINFECTIE:

Een blaasinfectie (cystitis) wordt veroorzaakt door een infectie die tot een ontsteking van de blaaswand leidt. Soms is ook de urinebuis ontstoken (urineweginfectie). De blaas is de opslagplaats voor urine onder in de buik. De urinebuis is de buis waardoor urine vanuit de blaas het lichaam verlaat. Een blaasinfectie komt relatief vaak voor. Ongeveer 1 op de 50 mensen heeft er wel eens mee te maken gehad. Een blaasinfectie komt vaker voor bij vrouwen dan bij mannen. Het komt ook regelmatig voor tijdens een zwangerschap, vooral in de eerste maanden. Bij kinderen kan de ontsteking veroorzaakt worden door een afwijking van de urinewegen. Bij mannen is een blaasinfectie meestal een ontsteking van de prostaat (prostatitis).

Andere oorzaken van blaasinfectie zijn irritatie door blaasstenen of chemische stoffen, irriterende stoffen in de voeding, zwangerschap of de menopauze. Ook kan het plaatsnemen van een spiraaltje tot een blaasinfectie leiden.

Een blaasinfectie komt vaker voor bij mensen met suikerziekte. Ook bepaalde geneesmiddelen (zoals methenaminemandelataat en cyclofosfamide) kunnen de oorzaak zijn. Niet altijd gaat een blaasinfectie gepaard met duidelijke symptomen. Dus als je twijfelt, maak dan een afspraak met je huisarts. Die zal je ochtendplas onderzoeken op bacteriën, sporen van een ontsteking en soms op suiker (in verband met het verhoogde risico op blaasinfectie als je suikerziekte hebt. Je kunt je (ochtend)plas opvangen in een schoon potje of bij de apotheek een goed afsluitbaar opvangbakje voor je urine kopen. Onderzoek moet binnen twee uur na het plassen plaatsvinden. Als je dat niet lukt, zet het potje dan in de koelkast. Daar kun je het nog 24 uur bewaren.

Mocht je (huis)arts een antibioticakuur voorschrijven, is het belangrijk dat je de kuur helemaal afmaakt. Ook als je klachten zijn verminderd of verdwenen, omdat anders de kans groot is dat de infectie terugkomt.

Het komt ook voor dat een blaasinfectie samenvalt met vaginale klachten. Bij vaginale klachten kan je de i say vaginale tabletten gebruiken. Op de website vind je hier meer over.

## WIE IK BEN:

Ik, zeg ik steeds. Maar eigenlijk moet ik wij zeggen. Want anders doe ik de mensen om mij heen tekort. Wij zijn een team van farmacologen, chemici, biologen, microbiologen en economen. Wij komen overal vandaan. Toch staan we op dezelfde manier in de wereld. Delen dezelfde zorgen. Over de gezondheid van mensen. De nonchalance waarmee veel mensen met hun lichaam omgaan. We vinden dat we daar iets aan moeten doen. Voor oplossingen moeten zorgen. Daar zijn we elke dag druk mee bezig. We ontwikkelen producten die samenwerken met processen die je lichaam zelf in gang heeft gezet wanneer er iets aan de hand is. Die je lijf niet belasten, omdat ze ter plekke hun werk doen.

i say: **BE GOOD TO YOUR BODY!**

*Pieterella Bouter*

[isaymedical.com](http://isaymedical.com)

Revisiedatum: april 2012