

1. Соблюдайте гигиену половых органов

- Рекомендуется несколько раз в день мыть головку пениса теплой водой со специальным мылом для интимной гигиены (обычное, и тем более антибактериальное не подходит).
- Во время гигиенических процедур особое внимания нужно уделять области между головкой полового члена и крайней плотью (рекомендуется отводить крайнюю плоть).
- Температура воды не должна быть очень горячей, оптимально 36 – 38 °С.
- Регулярно меняйте нижнее белье (предпочтительнее белье из хлопка).
- В случае появления признаков воспаления, рекомендуется делать ванночки со слабым солевым раствором (0,9% раствор натрия хлорида – физиологический раствор) и использовать тальковую пудру для подсушивания очагов воспаления.

2. Используйте презерватив при половых контактах и по возможности сведите к минимуму или воздержитесь от половых контактов до полного выздоровления

- Чтобы избежать аллергии на латекс, используйте гипоаллергенные презервативы.
- Тем самым вы предотвратите излишнее травмирующее воздействие на половой орган и предотвратите возможность инфицирования партнерши.
- В целях профилактики инфицирования, рекомендуется так же обследование вашей партнерши у гинеколога.

3. Регулярно посещайте специалиста по мужскому здоровью

- Минимум раз в год необходимо посещать врача-уролога или андролога.
- При первых симптомах заболевания исключить самолечение и обратиться к врачу.

