



# PREVENZIONE IN 10 PUNTI

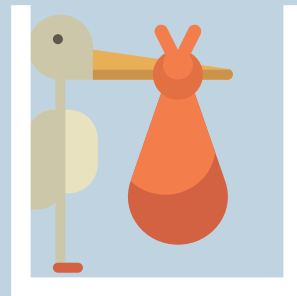
La società Italiana di Urologia (SIU) ha stilato un decalogo di semplici regole da seguire per una corretta prevenzione in ambito urologico:



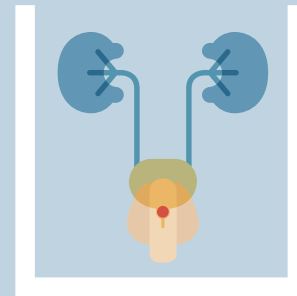
**1** Bevi con regolarità un'adeguata quantità di acqua.



**2** Segui una corretta alimentazione.



**3** Controlla la normale conformazione e lo sviluppo dell'apparato genitale nel tuo bambino.



**4** effettua una visita urologica nelle varie fasi della vita: pubertà, età adulta e terza età.



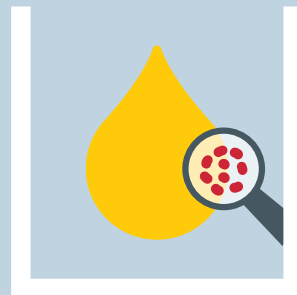
**5** Presta attenzione a quante volte urini e se avverti bruciore.



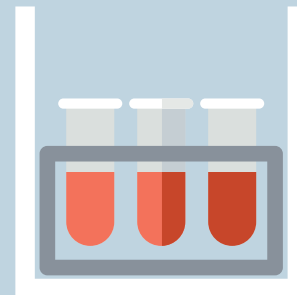
**6** Ricorda, nella vita di coppia, che l'infertilità dipende nel 50% dei casi dal maschio.



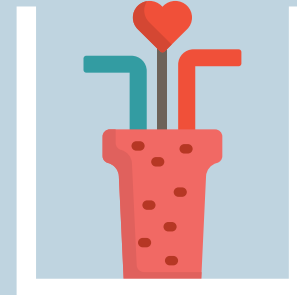
**7** Presta attenzione ad eventuali perdite involontarie di urina.



**8** Consulta sempre un urologo se vedi sangue nelle urine.



**9** Effettua, dopo i 50 anni, almeno una volta l'anno un prelievo di sangue per controllare il psa e il testosterone.



**10** Mantieni una sana vita sessuale a tutte l'età.