

# Could be

# UTI!

## URINARY TRACT INFECTION

Burning Urination | Painful Urination | Blood in the Urine |  
Foul Smelling Urine | Fever

ಉರಿಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ | ನೋವಿನ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ | ಮೂತ್ರದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ |  
ದುವಾಸನೆಯ ಮೂತ್ರ | ಜ್ವರ



### Don't Suffer in Silence, Prevention is the key

#### PREVENTION TIPS

#### ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಸಲಹೆಗಳು



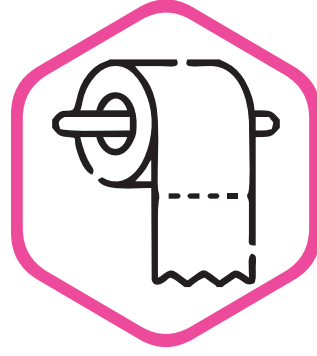
**Stay Well Hydrated** - Drink plenty of fluids throughout the day (2-3 litres of water / day).

**ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹೈಡ್ರೇಟೆಡ್ ಆಗಿರಿ** - ದಿನವಿಡೀ ಸಾಕಷ್ಟು ದ್ರವಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯಿರಿ (2-3 ಲೀಟರ್ ನೀರು / ದಿನ)



**Don't Hold Back** - Don't hold it in, use the restroom when you need to urinate.

**ತಡೆಹಿಡಿಯಬೇಡಿ** - ಅದನ್ನು ಹಿಡಿದಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ, ನೀವು ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜಿಸಬೇಕಾದಾಗ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕೊಠಡಿಯನ್ನು ಬಳಸಿ



**Wipe Front to Back** - This helps prevent bacteria spread.

**ಮುಂಭಾಗದಿಂದ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಒರೆಸಿ** - ಇದು ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ ಹರಡುವುದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.



**Empty After Intimacy** - Urinate after sex to flush out bacteria.

**ಅನೋನ್ಯತೆಯ ನಂತರ ಖಾಲಿ** - ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾವನ್ನು ಹೊರಹಾಕಲು ಲೈಂಗಿಕತೆಯ ನಂತರ ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿ



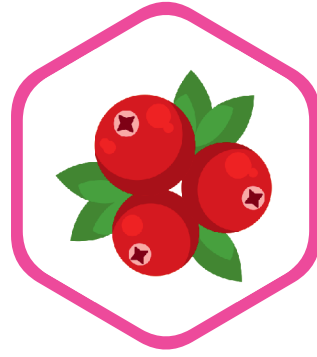
**Wear Comfortable Undergarments** - Wear cotton loose-fitting undergarments to keep the area dry.

**ಆರಾಮದಾಯಕ ಒಳ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ** - ಪ್ರದೇಶವನ್ನು ಒಣಗಿಸಲು ಹತ್ತಿ ಸಡಿಲವಾದ ಒಳ ಉಡುಪುಗಳನ್ನು ಧರಿಸಿ



**Stay Clean and Hygienic** - Wash private parts well with water. Avoid deodorants, sprays, perfumes on private areas.

**ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯವಾಗಿರಿ** - ಖಾಸಗಿ ಭಾಗಗಳನ್ನು ನೀರಿನಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಖಾಸಗಿ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಡಿಯೋಡರಂಟ್‌ಗಳು, ಸ್ಪ್ರೇಗಳು, ಸುಗಂಧ ದ್ರವ್ಯಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ



**Consider Cranberry** - Talk to your doctor about supplements.

**ಕ್ರಾನ್ಬೆರಿ ಪರಿಗಣಿಸಿ** - ಪೂರಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ



**Talk to Your Doctor** - Early diagnosis leads to faster relief.

**ನಿಮ್ಮ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ** - ಆರಂಭಿಕ ರೋಗನಿರ್ಣಯವು ತ್ವರಿತ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

Issued as a 'Public Awareness Initiative' by  
**NOVELTY**  
HealthShine Pvt. Ltd.

Makers of  
**UROFIZZ**  
(Cranberry extract (50% PAC) 72 mg, Uroslia (Salvia officinalis extract) 100 mg, D-Mannose 140 mg Sachet)  
The International Solution  
in the management of Painful UTI

**UROFIZZ** AL  
Cranberry fruit extract (50% PAC - A Type) 72 mg, Uroslia (Salvia officinalis extract) 100 mg, D-Mannose 140 mg, Potassium magnesium citrate 978 mg / 3.5 g Sachet  
The Right Solution, ALways, for  
Express Relief from Burning Urination