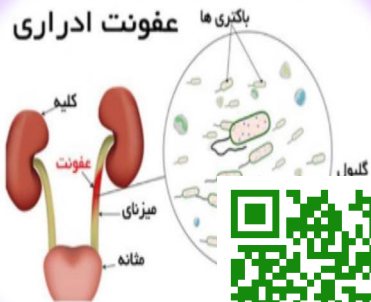




عفونت ادراری

مرکز آموزشی درمانی آیت اله کاشانی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار 9-32264825-038

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار 1403

بازنگری 1404 کد: PE/URO -KH-01-03

در صورت بروز هر یک از علایم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

۱. عدم بهبود علائم یا تشدید آن
۲. بروز علائم جدید و اضافه شدن به علائم قبلی
۳. درد شدید پهلوها و کمر
۴. بروز یا تشدید تب و لرز یا ادامه ی تب پس از ۲ روز از شروع درمان با آنتی بیوتیک
۵. تهوع و استفراغ شدید
۶. عدم توانایی خوردن یا نوشیدن
۷. بی حالی و کاهش سطح هوشیاری
۸. عدم بهبودی کامل پس از ۲ هفته
۹. بروز بشورات و ضایعات پوستی مثل کهیر که می تواند نشانه ی حساسیت به آنتی بیوتیک باشد.

جهت پیش گیری از بروز عفونت ادراری در آینده به موارد زیر توجه کنید:

- ⇐ در صورتی که محدودیت پزشکی ندارید، حجم زیادی از مایعات بنوشید، روزانه حداقل ۱۰-۸ لیوان آب بنوشید.
- ⇐ رژیم غذایی خود را به شکلی تنظیم کنید که از بروز یبوست جلوگیری کند، یبوست مزمن با ایجاد فشار باعث تخلیه ی ناکامل مثانه می شود.
- ⇐ بلافاصله پس از احساس نیاز به دفع و پر شدن مثانه ادرار کنید و ادرار خود را برای مدت طولانی نگه ندارید.
- ⇐ میوه ها و آبمیوه های ترش مثل مرکبات، قره قورت، لیمو ترش میل کنید، این مواد با اسیدی کردن ادرار می توانند شانس بروز عفونت را کاهش دهند.
- ⇐ پس از دفع ادرار و مدفوع، ناحیه ی تناسلی را از جلو به سمت عقب بشویید تا آلودگی مدفوعی به مجرای ادرار منتقل نشود (در خانم ها).
- ⇐ در وان حاوی کف زیاد برای مدت طولانی ننشینید.
- ⇐ از شوینده های بهداشتی زنانه استفاده نکنید.
- ⇐ در صورت بروز علائم عفونت دستگاه تناسلی زنانه (ترشح و خارش) حتماً به متخصص زنان مراجعه و هر چه سریع تر آن را درمان کنید.
- ⇐ لباس زیر کاملاً نخی بپوشید و لباس زیر تنگ و چسبان نپوشید.

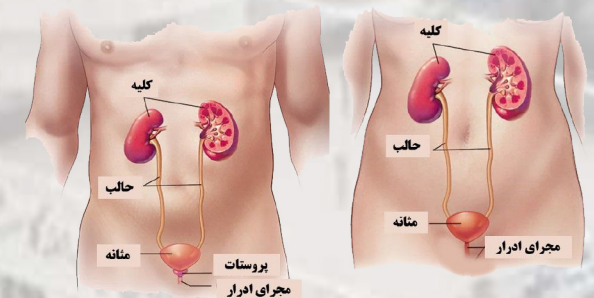
عفونت دستگاه ادراری چیست؟

عفونت دستگاه ادراری ممکن است در هر قسمت این دستگاه اتفاق بیفتد.

بسته به محل آن به انواع زیر تقسیم می شود:

عفونت کلیه ها، حالبها، مثانه و مجرای ادرار

دستگاه ادراری



علت های عفونت دستگاه ادراری عبارتند از:

- ≤ ورود باکتری ها به مجرای ادرار و از آن جا به مثانه که شایعترین محل عفونت است و به طرف کلیه ها گسترش می یابد
- ≤ یائسگی که خطر ابتلا به عفونت دستگاه ادراری را افزایش می دهد.
- ≤ مجرای ادرار کوتاه خانم ها، آنها را بیشتر مستعد این بیماری میکند.
- ≤ بیماریهایی که به مدت طولانی سوند ادراری داشته اند نیز به شدت در معرض خطر عفونت ادراری هستند.

موارد زیر شانس عفونت دستگاه ادراری را بیشتر می کند:

- ≤ دیابت
- ≤ سالمندی
- ≤ مشکل در خالی شدن کامل مثانه
- ≤ سوند یا لوله ای که در دستگاه ادراری قرار دارد
- ≤ بی اختیاری در دفع مدفوع
- ≤ بزرگی پروستات
- ≤ تنگی میزراه یا هرچیزی که باعث قطع جریان ادرار شود.
- ≤ سنگهای کلیه
- ≤ بیحرکتی طولانی مدت
- ≤ بارداری

علائم و نشانه های عفونت مثانه عبارتند از:

- ادرار خونی یا کدر که ممکن است بوی بدی داشته باشد.
- تب پایین (که البته شایع نیست)
- درد یا سوزش همراه با دفع ادرار
- فشار در قسمت زیر شکم
- نیاز به ادرار کردن، حتی بلافاصله پس از تخلیه مثانه

اگر عفونت به کلیه ها پخش شود، ممکن است نشانه های

زیر آشکار گردد:

- لرز و تعرق شبانه
- تهوع و استفراغ
- درد در پهلو، پشت یا کشاله ران
- درد شدید شکمی
- تغییرات ذهنی یا گیجی

تشخیص عفونت ادراری :

آزمایش ادرار: در این آزمایش گلبول های سفید و قرمز و باکتری ها را جستجو می کنند.

کشت ادرار: برای تشخیص دادن نوع باکتری، این آزمایش را انجام می دهند تا آنتی بیوتیک مخصوص و موثر بر آن را استفاده کنند.

شمارش کامل سلول های خونی و کشت خون: نیز ممکن است، انجام شود.

درمان عفونت ادراری :

۱. اگر عفونت شما خفیف باشد، باید طبق دستور پزشک داروهای آنتی بیوتیک، مصرف کنید.
۲. اگر عفونت شما جدی است، باید طبق دستور پزشک جهت بستری شدن به بیمارستان مراجعه کنید و آنتی بیوتیک مناسب به شما تزریق شود.
۳. در هر دو صورت باید مایعات فراوان بنوشید.
۴. در صورتی که سوند ادراری دارید بهداشت ناحیه تناسلی را رعایت نمایید و کیسه ادراری را پایینتر از سطح مثانه قرار دهید.
۵. سوند ادراری در صورتی که نیاز نیست، بهتر است با دستور پزشک، در اسرع وقت خارج شود تا از بروز عفونت پیشگیری شود.
۶. از دوش واژن و یا استفاده از اسپری های بهداشتی زنانه یا پودر در ناحیه تناسلی خودداری کنید.
۷. قبل و بعد از فعالیت جنسی ادرار کنید.
۸. ناحیه تناسلی خود را تمیز نگه دارید.
۹. قبل و بعد از فعالیت جنسی، نواحی تناسلی و مقعد را بشوئید.
۱۰. شلوار تنگ نپوشید و از لباسهای زیر نخی استفاده کنید و هر دو روز آن را تعویض کنید