



عفونت مجاری ادراری

مرکز آموزشی درمانی آیت اله کاشانی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار ۹-۳۲۲۶۴۸۲۵-۳۸

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار

کد: PE/URO -KH-01-19

*لباس زیر کاملاً نخی بپوشید و از لباس زیر تنگ و چسبان و شلوار جین استفاده نکنید.

*لباس زیر خود را هر روز تعویض نموده و لباس زیر شسته شده را در جریان هوا یا با اتو کشی خشک نمایید.

*با رژیم غذایی مناسب، از یبوست و ایجاد فشار ک موجب تخلیه ناکافی مثانه میشود، جلوگیری کنید.

*برای جلوگیری از یبوست مایعات و سبزیجات بیشتری مصرف کنید.

*در صورت وقوع عفونت ادراری مکرر با وجود رعایت موارد فوق لازم است برای بررسی های بیشتر به متخصص ارولوژی مراجعه نمایید.

توصیه های خودمراقبتی جهت بهبود علائم عفونت ادراری:

*حدود 6 تا 8 لیوان در روز آب بنوشید (افراد با نارسایی کلیوی با پزشک خود در این مورد مشورت کنند).

*پس از اجابت مزاج، شستن خود را از جلو ب عقب انجام دهید. این کار عامل بسیار مهمی در پیشگیری از ورود میکروب از مدفوع به دستگاه ادراری میباشد.

*آنتی بیوتیک تجویزی را دقیقاً در زمان معین مصرف کرده، دوره درمان را کامل کنید.

*استراحت کافی داشت باشید.

*میوه، آب میوه ترش حاوی ویتامین ث مثل مرکبات و آب پرتقال بیشتر مصرف کنید. مصرف ذغال اخته، گیلان، کدو حلوائی و سایر منابع آنتی اکسیدان، نیز توصیه شده است.

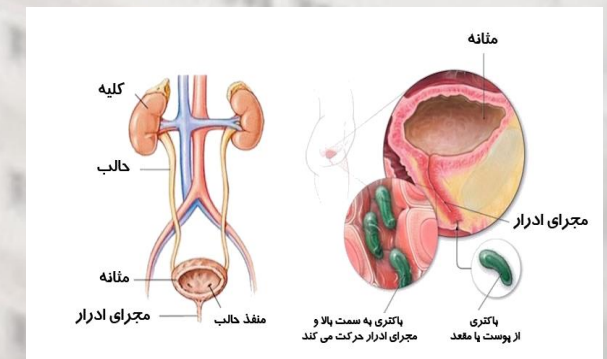
*به محض احساس نیاز به دفع ادرار، نسبت به تخلیه آن اقدام کنید. میکروب ها در ادراری که مدت بیشتری در مثانه بماند فرصت رشد و تکثیر پیدا میکنند.

عفونت مجاری ادراری چگونه به وجود می‌آید؟

عفونت ادراری یکی از شایع‌ترین شکایت‌های مرتبط با سیستم ادراری است و بمعنای وجود میکروب در دستگاه ادراری می‌باشد.

دستگاه ادراری شامل: کلیه‌ها، مثانه و مجرای ادراری است. عفونت ادراری در خانم‌ها 4 برابر شایع‌تر از مردان می‌باشد.

عفونت ادراری انواع مختلفی داشت، از بین آنها بروز عفونت مثانه بیشتر است.



چه عواملی باعث ایجاد عفونت ادراری میشوند؟

از علت عفونت مجاری ادراری می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

*انسداد مجاری ادراری به دلیل سنگ کلیه

* ضعف سیستم ایمنی

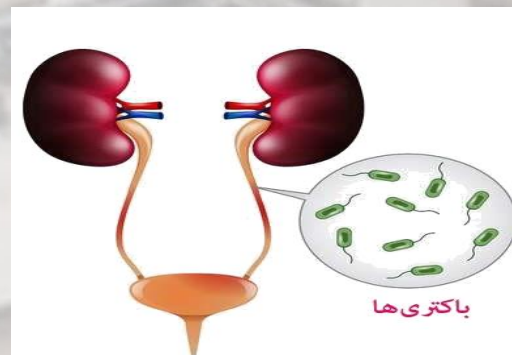
* بارداری

* دیابت

* افرادی که دارای سوند ادراری می‌باشند در خطر بالای ابتلا به عفونت ادراری قرار دارند. افرادی که از سوند ادراری استفاده می‌کنند، ممکن است شامل افرادی باشند که در بیمارستان بستری هستند.

- افرادی که در دفع ادرار مشکل دارند.

عفونت ادراری در افرادی که سوند دائم دارند



عفونت مجاری ادراری چه علائمی دارد؟

- احساس سوزش و درد هنگام ادرار کردن - احساس سنگینی در پایین شکم - میل ناگهانی و شدید به دفع ادرار - احساس ناخوشی، خستگی و درد - نیاز مکرر به دفع ادرار - قطره قطره ادرار کردن - بی‌اختیاری ادراری - تکرر ادرار

- ادرار کدر همراه با بوی بد که ممکن است حاوی خون، بو و یا چرک باشد.

در صورت داشتن علائم فوق، ب پزشک معالج خود فوراً اطلاع دهید.

