

درباره عفونت ادراری چه می دانید؟

عفونت مجرای ادراری معمولاً نوعی عفونت ناشی از باکتری در مسیر مجاری ادرار است که می تواند محدود به قسمت های پایین مجاری ادراری (مثانه) باشد و یا به قسمت های بالاتر (شامل کلیه ها و حالب ها) راه پیدا کند. همچنین عفونت درمان نشده، به خون انتشار پیدا می کند و زندگی فرد را تهدید می کند.

علل عفونت:

- عفونت مثانه
- عفونت کلیه و حالب ها
- در حالت عادی و به طور طبیعی در مجرای ادراری هیچ نوع میکروبی وجود ندارد. عواملی که سبب عفونت ادراری می شوند از مقعد یا واژن به پیشابراه، مثانه یا کلیه منتقل می شوند.
- عفونت مجرای ادرار در زنان شایع تر از مردان است. چون مجرای ادرار در زنان کوتاه تر است. گاهی عامل عفونت ادرار، از یک ناحیه دیگر در بدن که قبلاً دچار عفونت شده، از راه جریان خون به مجرای ادرار می رسد و باعث آلودگی می شود.
- انسداد مجرای ادرار، مثلاً سنگ کلیه می تواند مانع عبور ادرار از کلیه به مثانه شود.
- اگر مبتلا به بیماری مثل دیابت یا مشکل دیگری هستید که سیستم ایمنی شما را تضعیف می کند، احتمال

عفونت ادراری وجود دارد. هر چه سن بالاتر برود، تخلیه کامل مثانه مشکل تر خواهد شد. اگر کمی ادرار در مثانه باقی بماند، باکتریایی که به مثانه وارد می شوند، شروع به رشد و زیاد شدن می کنند و عفونت ایجاد می شود. در سنین بالا احتمال بروز عفونت بیشتر است.

خانم های حامله و افراد دیابتی دو گروه پر خطر از نظر عفونت های ادراری هستند .

علامتهای عفونت ادراری :

- زیاد شدن تعداد دفعات ادرار کردن
- احساس نیاز فوری به دفع ادرار
- درد یا سوزش و ناراحتی هنگام ادرار کردن
- بوی تند ادرار
- درد در پائین لگن، کمر و پهلو
- ظاهر کدر یا قرمز رنگ ادرار
- تب و لرز
- تعریق
- نشست و بی اختیاری ادرار
- روش گرفتن نمونه جهت کشت ادرار:
- نمونه ای از ادرار که برای کشت تهیه می شود، باید کاملاً تمیز و بدون آلودگی باشد.
- قبل از ادرار کردن ناحیه را با آب و صابون، کاملاً شستشو دهید.

شروع به ادرار کردن کنید و سپس بدون اینکه جریان ادرار را قطع کنید، ظرف را زیر ادرار نگه دارید، و تا حدود ۵۰ تا ۳۰ سی سی جمع آوری کنید و بدون اینکه دست شما با داخل ظرف تماس پیدا کند، درب آن را ببندید.

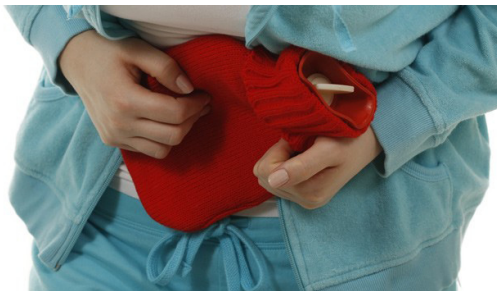
درمان عفونت :

عفونتهای ادراری با داروی آنتی بیوتیک درمان می شود. این دارو باید توسط متخصص بیماریهای مجاری ادراری و با توجه به نوع عفونت، تجویز شود.

برای درمان کامل بایستی تمام دارویی را که برای شما تجویز شده و در زمان تعیین شده مصرف کنید. دوره درمان باید کامل شود تا عفونت کاملاً برطرف گردد.

مراقبت از خود:

مایعات به خصوص آب بیشتر مصرف کنید. مصرف زیاد مایعات، به خروج باکتریها از مجرای ادرار کمک می کند. در صورت دردهای پیچشی شکم یا کمر درد شدید، از کیف آب گرم یا پتوی برقی در محل نشیمنگاه استفاده کنید.





بنیاد قلب فارس بیمارستان کوثر

درباره عفونت ادراری چه می دانید؟



تهیه و تنظیم : طیبه ادیب

با همکاری واحد آموزش پرستاری بیمارستان کوثر

شماره سند: PF- PRD- 3500

تاریخ بازنگری: ۹۶/۷/۱

تأیید کننده: دکتر شبنم صدیقی

متخصص بیماری های داخلی

منبع: کتاب پرستاری داخلی جراحی برونر و سوارث

آدرس: شیراز - خیابان قصر دشت - بعد از پل زیر گذر - بنیاد قلب فارس - بیمارستان کوثر

بیمارستان کوثر: صندوق پستی: ۶۹۷ - ۷۱۹۵۵

تلفن: ۶۲۳۱۵۱۵ - ۰۷۱۳ نمابر: ۰۷۱۳ - ۶۲۵۰۵۰۰ - ۰۷۱۳

www.kowsar-hospital.ir

و اسپری های قوی و محرک) ، برای شستشو استفاده نکنید.

از لباس زیر نخی یا پنبه ای استفاده کنید و لباس زیر خود را هر روز عوض کنید.



- دفع ادرار مکرر و رعایت معیارهای بهداشتی

- دفع فوری ادرار

پس از مقاربت جنسی

- تخلیه کامل مثانه در هنگام ادرار کردن

- خانم ها بایستی ناحیه تناسلی را خشک و تمیز نگه دارند . پس از توالت این ناحیه را از سمت جلو به عقب تمیز کنند

- خانم ها از مصرف ژل های شستشوی بهداشتی خودداری کنند.

- از پوشیدن لباس های تنگ خودداری کنند .

- کنترل قند خون در بیماران مبتلا به دیابت .

با آرزوی سلامتی و تندرستی برای شما

در صورت بروز تب بالای ۳۸ درجه، استراحت کنید، از داروی پائین آورنده تب (مثل استامینوفن یا آسپیرین) بانظر پزشک استفاده کنید، و هر روز دمای بدن خود را یادداشت کنید و مصرف داروهای خاص جهت کاهش علائم سوزش ادرار با نظر پزشک از دوش آب گرم برای تسکین و کاهش درد استفاده کنید.

اگر علائم بیش از دو روز ادامه پیدا کرد یا بدتر شد، به پزشک اطلاع دهید.

زمانی که ادرار شما شفاف و بدون بوی ناخوشایند است و علائمی از تب و سوزش ادرار ندارید، نشانه آن است که درمان و مراقبت شما مؤثر بوده است.

پیشگیری از عفونت ادراری :

روزانه ۸ تا ۱۰ لیوان آب و مایعات مصرف کنید.

مصرف گرم ویتامین ث در روز از عفونت ادراری جلوگیری می کند.

به طور منظم هر ۲ تا ۳ ساعت ادرار کنید.

هنگام استفاده از توالت، بهداشت را رعایت کنید. بعد از تخلیه کامل ادرار ناحیه را از جلو به عقب شستشو دهید تا باکتریهای مقعدی به دستگاه ادراری نزدیک نشود.

از مواد پاک کننده شیمیایی و محرک (مثل صابونها

