



بیمارستان شهید باهنر کرمان

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی هرمزگان

بیمارستان شهید باهنر کرمان

آیا می‌دانید چگونه می‌توانید از خودتان مراقبت کنید؟

کنید؟

♦ مایعات به خصوص آب بیشتر مصرف کنید. مصرف زیاد مایعات، به خروج باکتری‌ها از مجرای ادرار کمک می‌کند.

♦ 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.

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

♦ در صورت دردهای پیچشی شکم یا کمر درد شدید، از کیف آب گرم در محل نشیمنگاه استفاده کنید.

♦ به جای استفاده از وان از دوش آب گرم استفاده کنید.

♦ استراحت کافی داشته باشید.

♦ در صورت بروز تب بالای ۳۸ درجه، از داروی پایین آورنده تب مثل استامینوفن با نظر پزشک استفاده کنید، و هر روز دمای بدن خود را یادداشت کنید.

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

♦ از مواد پاک کننده شیمیایی و محرک (مثل صابون‌ها و اسپری‌های قوی و محرک)، برای شستشو استفاده نکنید.

♦ از لباس زیر نخی یا پنبه‌ای استفاده کنید و لباس زیر خود را هر روز عوض کنید.

♦ میوه‌ها و آبمیوه‌های ترش و حاوی ویتامین C مثل مرکبات و آب پرتقال بیشتر مصرف کنید.

♦ از مصرف محرک‌های مجاری ادراری مانند قهوه، چای، سرکه، ادویه جات خودداری کنید.

تشخیص:

♦ تشخیص بر اساس شرح حال، وجود علائم، معاینه بالینی، وجود عوامل خطر و سابقه قبلی ابتلا خواهد بود.

♦ آزمایش ساده و کشت ادرار از نظر باکتری و چرک (البته نه در همه موارد) برای تایید تشخیص و تعیین آنتی بیوتیک مناسب.

♦ آزمایش مجدد ادرار ۲-۱ هفته پس از پایان درمان جهت اطمینان از برطرف شدن عفونت بویژه در زنان حامله.

روش گرفتن نمونه جهت کشت ادرار:

♦ ابتدا ناحیه تناسلی را به خوبی و از جلو به عقب بشویید.

♦ محل را خشک کنید.

♦ شروع به ادرار کردن نموده، ابتدای ادرار را دور بریزید.

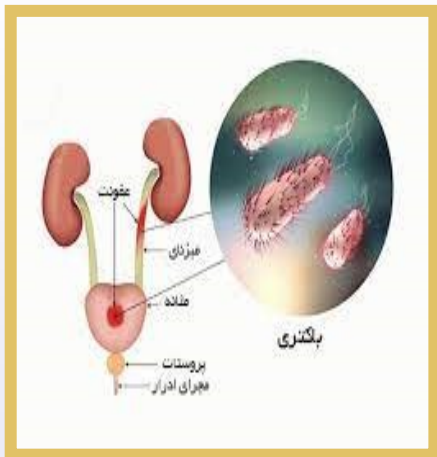
♦ از وسط جریان ادرار به مقدار درخواست شده، ادرار در ظرف آزمایش جمع آوری کنید.

درمان عفونت ادراری چگونه است؟

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

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

عفونت ادراری UTI



شناسنامه بروشور آموزشی		کد: QM.SH.PA.233.00
عنوان	عفونت ادراری	
تهیه کننده	واحد آموزش سلامت همگانی	
منابع	برونر و سودارت. کلیه و مجاری ادراری ۲۰۱۸	
سال تهیه	۱۴۰۲	
بازبینی	سالانه	
ناظر کیفی	فاطمه رادیه سوپروایزر آموزشی	

عفونت ادراری UTI

عفونت مجرای ادراری معمولاً نوعی عفونت ناشی از باکتری در مسیر جریان ادرار است که می‌تواند در قسمتهای زیر ایجاد شود.

- ◆ کلیه ها
- ◆ حالب ها
- ◆ مثانه
- ◆ پیشابراه

ممکن است هر کدام از این قسمت ها یا تمام مجرای ادراری عفونی شود. عفونت، اگر به طور کامل درمان نشود، می‌تواند به کلیه ها و مثانه آسیب برساند. همچنین عفونت درمان نشده، به خون انتشار پیدا می‌کند و زندگی فرد را تهدید می‌کند.

عوامل مستعد کننده عفونت:

- ◆ مونث بودن
- ◆ بارداری
- ◆ یائسگی
- ◆ مصرف کم مایعات
- ◆ اختلالات ساختمانی ادراری
- ◆ بیماری مزمن زمینه ای مثل دیابت

◆ سن بالا (تخلیه کامل مثانه مشکل تر خواهد شد. اگر کمی ادرار در مثانه باقی بماند، باکتری‌هایی که به مثانه وارد می‌شوند، شروع به رشد و زیاد شدن می‌کنند و عفونت ایجاد می‌شود. در سنین بالا احتمال بروز عفونت بیشتر است.)

◆ عوامل انسدادی در دستگاه ادراری مثل سنگ های ادراری

◆ سطح پایین بهداشت و عدم رعایت مناسب اصول بهداشتی

◆ بزرگی غده پروستات در آقایان (ناتوانی در تخلیه کامل ادرار)

◆ چسبندگی های رحمی و لگنی در خانم ها (اختلال در تخلیه کامل ادرار)

◆ ادرار کردن با فاصله ی زیاد و عدم دفع به موقع به هنگام احساس نیاز به دفع

◆ بیماری ها یا مصرف داروهایی که باعث ضعف، نقص یا سرکوب سیستم ایمنی بدن می‌شود.

◆ شستشوی غلط ناحیه تناسلی پس از دفع ادرار و مدفوع

علائم:

- ◆ زیاد شدن تعداد دفعات ادرار کردن
- ◆ احساس نیاز فوری به دفع ادرار
- ◆ بی اختیاری ادرار و شب ادراری
- ◆ قطره قطره ادرار کردن

◆ احساس باقی ماندن ادرار در مثانه پس از تخلیه ادرار

◆ درد یا سوزش و ناراحتی هنگام ادرار کردن

◆ بوی تند ادرار

◆ درد در پایین لگن، کمر و پهلو

◆ ظاهر کدر یا قرمز رنگ ادرار

◆ تب و لرز یا ترشح چرکی از مجرا

