

درباره عفونت ادراری چه می دانید ؟



عفونت مجرای ادراری معمولا نوعی عفونت ناشی از باکتری در مسیر جریان ادرار است که می تواند در قسمت های زیر ایجاد شود:

- کلیه ها
- حالب ها
- مثانه
- پیشابراه
- پروستات

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

عفونت چگونه ایجاد می شود ؟

آلودگی که توسط باکتری ایجاد می شود ، می تواند میتواند مشکلات زیر را بوجود آورد:

- ✓ عفونت مثانه
- ✓ عفونت کلیه
- ✓ التهاب پیشابراه
- ✓ پروستاتیت

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 قبلا دچار عفونت شده ، از راه جریان خون به مجرای ادرار میرسد و باعث آلودگی می شود.

علل متعددی منجر به عفونت می شود که در اینجا به مهمترین آنها اشاره می شود :

- ✓ انسداد مجرای ادراری ، مثلا 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.
- ✓ هرچه سن بالاتر برود تخلیه کامل مثانه مشکل تر خواهد شد . اگر کمی ادرار در مثانه باقی بماند ، باکتری هایی که به مثانه وارد می شوند ، شروع به رشد و زیاد شدن میکنند و عفونت ایجاد می شود. در سنین بالا احتمال بروز عفونت بیشتر است.

علامت های عفونت ادراری کدامند؟

- ✓ 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 پایین لگن ، کمر و پهلو
- ✓ ظاهر کدر یا قرمز رنگ ادرار
- ✓ تب و لرز
- ✓ تعریق
- ✓ نشت و بی اختیاری ادرار
- ✓ ضعف و بیحالی و کاهش سطح هوشیاری در افراد ناتوان و سالمند

عفونت ادراری چگونه تشخیص داده شود؟

- پزشک شما را معاینه می کند و نشانه های بیماری را بررسی می کند . همچنین آزمایشات زیر ممکن است نیاز باشد :
- آزمایش ساده از نظر تعداد WBC و وجود باکتری و کشت ادرار از نظر میکروارگانیزم
- سونوگرافی برای مشاهده مجاری ادراری ، کلیه ها، مثانه

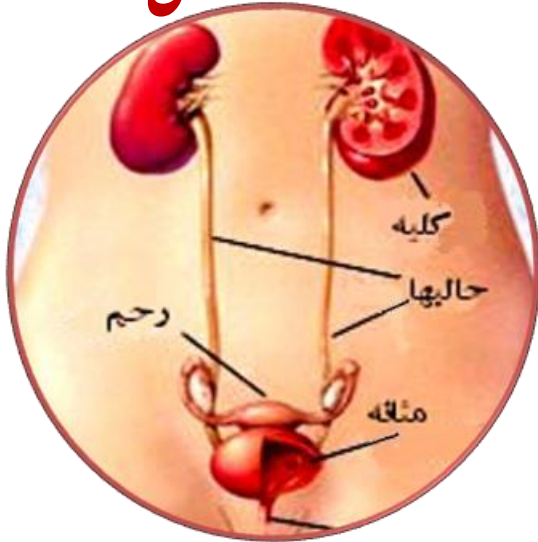


مجمع یارستانی امیراعلم

Amiralam.tums.ac.ir

آموزش به بیمار

عفونت ادراری



روش گرفتن نمونه جهت کشت ادرار:

- ✓ نمونه ای از ادرار که برای کشت تهیه می شود ، باید تمیز و بدون آلودگی باشد.
- ✓ قبل از ادرار کردن ناحیه را با آب و صابون کاملا شستشو دهید.
- ✓ شروع به ادرار کنید و سپس بدون اینکه جریان ادرار را قطع کنید ، ظرف را زیر ادرار نگه دارید و تا حدود ۳۰ تا ۵۰ سی سی جمع آوری کنید و بدون اینکه دست شما با داخل ظرف تماس پیدا کند در آن را ببندید.

درمان عفونت ادراری چگونه است؟

عفونتهای ادراری با داروی آنتی بیوتیک درمان می شود. این دارو باید توسط متخصص بیماری های عفونی 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 کاملا برطرف گردد.

آیا می دانید چگونه می توانید از خودتان مراقبت کنید؟

- لعل مایعات بخصوص آب بیشتر مصرف کنید . مصرف زیاد مایعات ، به خروج باکتری ها از مجاری ادرار کمک میکند.
- لعل در صورت درد های پیچشی شکم یا کمر درد شدید از کیف آب گرم یا پتوی برقی در محل نشیمنگاه استفاده کنید

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

لعل از دوش آب گرم برای تسکین و کاهش درد استفاده کنید.

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

لعل 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 موثر بوده است .

چگونه می توان از عفونت ادراری جلوگیری کرد ؟

- لعل روزانه ۸ تا ۱۰ لیوان آب مصرف کنید .
- لعل مصرف یک گرم ویتامین ث در روز در پیشگیری از ابتلا به عفونت ادراری ممکن است موثر باشد..
- لعل به طور منظم هر ۲ تا ۳ ساعت ادرار کنید.
- لعل هنگام استفاده از توالت ، بهداشت را رعایت کنید . بعد از تخلیه کامل ادرار ناحیه را از جلو به عقب شستشو دهید تا باکتری های مقعدی به دستگاه ادراری نزدیک نشود.
- لعل از مواد پاک کننده شیمیایی و محرک (مثل صابون و اسپری های قوی و محرک) برای شستشو استفاده نکنید .
- لعل از لباس های نخی یا پنبه ای استفاده کنید و لباس زیر خود را هر روز عوض کنید.