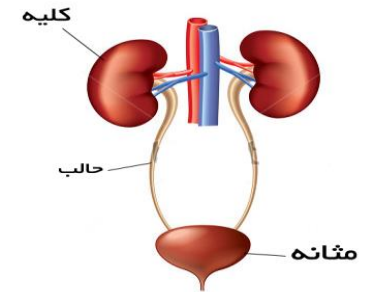


تعریف عفونت ادراری:

دستگاه ادراری شامل ، کلیه ها ، حالب ، مثانه و مجاری ادراری است.



در صورت وجود عوامل مستع ، در اثر وارد شدن میکروب به مجاری ادراری ایجاد عفونت ادراری ایجاد میشود .

خانمها ۵۰ برابر بیشتر از مردان به این بیماری مبتلا میشوند.

بیشتر عفونتها مربوط به قسمتهای پایینی سیستم ادراری ، یعنی مثانه و مجاری ادراری هستند و در صورت عدم درمان ممکن است کلیه ها را نیز درگیر کنند.

اگر هنگام ادرار کردن دچار سوزش میشوید یا در ادرار شما لکه خون وجود دارد حتما به پزشک مراجعه کنید

علائم و نشانه های آن:

-اضطرار به ادرار کردم مکرر حتی بعد از تخلیه مثانه



-احساس سوزش هنگام دفع ادرار

-ناراحتی یا فشار در ناحیه تحتانی شکم

-درد در ناحیه لگن و پشت

-تب و درد پهلو

-تهوع و استفراغ

-وجود خون در ادرار و بد بو شدن آن

-در سالمندان اغلب خستگی و تغییر در وضعیت ذهنی



روشهای تشخیص:

-آزمایش تجزیه ادرار

-کشت ادرار

-سونوگرافی کلیه و مجاری ادراری

درمان عفونت ادراری

موثرترین روش در درمان عفونتهای ادراری، استفاده از آنتی بیوتیکهای تجویز شده توسط پزشک و تکمیل کامل دوره درمان است.

در مورد عفونتهای شدید که ممکن است کلیه ها درگیر شوند ، نیاز به بستری شدن در بیمارستان است.

بسم تعالی

عفونت ادراری



گردآورنده: شهره نعمتی

زمستان ۹۷

بازنگری زمستان ۱۴۰۱

کد پمفلت: PAL-SI-27-0001



مراقبت ها در بیمار مبتلا به عفونت سیستم ادراری

- ۱- تشویق بیمار به مصرف مایعات و دفع مکرر
- ۲- کنترل درجه حرارت هر ۳ ساعت
- ۳- رعایت بهداشت فردی بویژه پس از اجابت مزاج و تعویض مرتب لباس زیر
- ۴- استفاده از گرمای موضعی در ناحیه پرینه برای کاهش درد و اسپاسم
- ۵- اجتناب از مصرف محرک هایی مثل قهوه، چای، سرکه، ادویه جات
- ۶- کنترل ادرار از نظر رنگ ، بو و کدورت
- ۷- رعایت رژیم آنتی بیوتیکی تجویز شد
- ۸- عدم استفاده از وان هنگام استحمام
- ۹- دفع فوری ادرار بعد از روابط زناشویی
- ۱۰- آنچه که در کودکان اهمیت فراوان دارد رعایت شستشوی صحیح ناحیه پرینه است که باید از سمت جلو به عقب انجام شود.



پیشگیری از عفونت ادراری

- هیچ گاه ادرار کردن را به تاخیر نیندازید
- همیشه به درستی خودتان را تمیز کنید و از جلو به سمت عقب خود را بشویید
- از پوشیدن لباسهای تنگ و شورت های نایلونی برای مدت طولانی خودداری کنید
- حداقل ۳۰ دقیقه و ۵ بار در هفته ورزش کنید
- از اسپری و عطر زنانه یا دستمالهای معطر در دستگاه تناسلی استفاده نکنید
- چای سبز به دلیل خواص آنتی اکسیدانی و ضد سرطانی، ایمنی فرد را بالا میبرد.
- ادرار کردن بلافاصله پس از مقاربت
- میوه یا آب ذغال اخته ممکن است بروز بیماری در افرادی که دچار عفونتهای مکرر میشوند را کاهش دهد

