

عفونت دستگاه ادراری

عفونت دستگاه ادراری، عفونت قسمت های مختلف سیستم ادراری شامل کلیه ها ، مثانه و مجرای ادراری می باشد ، عفونت ادراری ممکن است با آنتی بیوتیک درمان شود اما همیشه نیازی به آنتی بیوتیک نمی باشد ، اگر این بیماری به موقع درمان نشود ممکن است به کلیه ها آسیب بزند.

این بیماری در میان افراد مختلف از جمله کودکان، کهنسالان و بیماران مبتلا به دیابت بسیار رایج است.

نشانه های عفونت دستگاه ادراری

- علائم عفونت ادراری شامل موارد زیر می باشد:
- درد یا احساس سوزش هنگام ادرار کردن
 - مراجعه مکرر به سرویس بهداشتی
 - کدر شدن رنگ ادرار
 - احساس اضطراب در ادرار کردن
 - وجود خون در ادرار
 - درد زیر شکم و ناحیه کمر علی الخصوص زیر دنده ها
 - تب و لرز
 - دمای بدن زیر ۳۶ درجه

علائم عفونت ادراری در کودکان

- تب بالا داشته باشند
- ناخوش و بی قرار به نظر بیایند و به خوبی غذا نخورند
- خود ادراری (عدم کنترل ادرار)
- تهوع و استفراغ

علائم عفونت در افراد مسن

- در افراد مسن و افراد با سوند ادراری و ناتوان علایم می تواند شامل:
- تغییر در رفتار شامل احساس گیجی و بی قراری
- عدم کنترل ادرار ، بی اختیاری در ادرار که عموماً بیشتر از حد نرمال است
- احساس لرز جدید

چه زمانی به پزشک مراجعه کنیم؟

در موارد زیر حتما باید به پزشک مراجعه شود:

- اگر فرد برای اولین بار علایم عفونت ادراری دارد.
- کودک مبتلا به علایم عفونت ادراری می باشد.
- مردانی که دارای علایم عفونت ادراری هستند.
- خانم های باردار
- افراد ناتوان و مسن
- علایم بعد از عمل جراحی
- علایم عفونت ادراری که طی ۲ روز برطرف نشده باشد .
- علایم عفونت ادراری که بعد از درمان دوباره عود کرده باشد .

راه های دیگر برای پیشگیری از عفونت های ادراری مکرر

اگر فردی بیشتر از ۳ بار در سال مبتلا به عفونت ادراری شود کارهای دیگری لازم است جهت پیشگیری از عود مجدد عفونت انجام دهد به طوریکه تحقیقات نشان داده که خانم های زیر ۶۵ سال که مکررا دچار عفونت ادراری می شوند بهتر است که اقدامات زیر را انجام دهند:

- از مکمل های دی مونوز استفاده نمایند که البته به خانم های باردار توصیه نمی شود
 - از محصولات کران بری استفاده نمایند.
- لازم به ذکر است که دی مونوز و کران بری حاوی مقادیر زیادی قند می باشند.

اقدامات خود درمانی برای کمک به بهبود درد

- از استامینوفن ۴ مرتبه در روز استفاده نمایید برای کاهش تب و درد عموما استامینوفن به جای بروفن و آسپرین توصیه می شود
- به کودکان می توان شربت استامینوفن داد
- استراحت کنید
- مایعات کافی بنوشید آنقدر که رنگ ادرارتان کاملا روشن باشد به خصوص در هوای گرم
- تا بهبود کامل علایم از رابطه جنسی خودداری نمایید عفونت ادراری به شریک جنسی شما منتقل نمی شود اما داشتن رابطه جنسی می تواند آزار دهنده باشد
- در نظر داشته باشید تحقیقات نشان داده که مصرف داروهای حاوی کران بری به بهبود علایم ادراری کمکی نمیکند
- در صورت شدید شدن علایم و عدم دسترسی به پزشک میتوانید به داروخانه مراجعه نمایید و از داروساز مشورت بگیرید
- استفاده از رژیم غذایی مناسب مانند زغال اخته، آب چرتقال، آب لیمو ترش

در صورت مشهود بودن هرکدام از موارد زیر بیمار سریعا به اورژانس مراجعه نمایید:

- تب خیلی بالا همراه با لرز شدید
- دمای بدن زیر ۳۶ درجه
- گیجی و خواب آلودگی و مشکل در صحبت کردن
- عدم ادرار کردن در کل روز
- درد ناحیه کمر در زیر دنده ها همراه با تب
- وجود خون در ادرار
- موارد فوق نشان دهنده عفونت کلیه می باشد که لازم است هر چه زودتر درمان شود

درمان عفونت دستگاه ادراری

در مواردی که درمان با آنتی بیوتیک شروع می شود لازم است که بیمار دوره در مان رابه صورت کامل طی نماید

درمان در عفونت های راجعه

- اگر فرد بعد از درمان عفونت ادراری مجددا دچار عفونت ادراری شود لازم است که تست ادرار را انجام دهد تا طبق آن آنتی بیوتیک جدید و متفاوتی تجویز گردد.
- در خانم های یائسه کرم های واژن حاوی استروژن نیز کمک کننده خواهد بود



دانشگاه علوم پزشکی کرمان

بیمارستان خاتم الانبیاء(ص) بافت

عفونت دستگاه ادراری



تهیه کننده: فرشته بنی اسد

کد سند: H/C-T/36/01

تاریخ تدوین: ۱۴۰۴/۰۶/۳۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۰۶/۳۰

باید ها و نباید ها در عفونت ادراری

- عدم استفاده از صابون های معطر
- ادرار را به مدت طولانی نگه ندارید و در صورت نیاز حتما از سرویس های بهداشتی استفاده نمایید.
- عدم صرف زمان کافی در سرویس بهداشتی که منجر به تخلیه نکردن کامل مثانه می شود.
- نپوشیدن لباس های چسب و تنگ
- نپوشیدن لباس های دارای الیاف مصنوعی مانند نایلون
- عدم مصرف نوشیدنی های الکلی که باعث تحریک مثانه می شود
- مصرف نکردن نوشیدنی ها و غذاهای قندی به جهت موثر بودن در تسریع و رشد باکتری ها

روش هایی برای پیشگیری از عفونت ادراری

راه های مختلفی برای پیشگیری از عفونت ادراری وجود دارد که آنها عبارتند از:

- تمیز کردن ناحیه تناسلی از جلو به عقب در هنگام شستشو بعد از ادرار کردن
- تمیز و خشک نگه داشتن ناحیه تناسلی
- مصرف مایعات به میزان کافی طی روز به خصوص در هوای گرم
- شستشو ناحیه اطراف واژن قبل و بعد از رابطه جنسی
- ادرار کردن در اولین فرصت بعد از اتمام رابطه جنسی
- تعویض پد های بهداشتی در صورت کتیف شدن یا بی اختیاری در بزرگسالان
- تعویض به هنگام پوشک در خردسالان