

## نکات قابل توجه تا زمان بهبودی

- به جهت زیاد شدن جریان ادرار آب زیاد بنوشید.
- داروهای تجویزی خصوصا آنتی بیوتیکها را طبق دستور و تا پایان دوره مصرف کنید. در صورت بارداری یا شک به آن به پزشک اطلاع دهید و در صورت خارش یا ترشح دارو را قطع نکرده و به پزشک مراجعه کنید
- در صورت وجود بیماری زمینه ای یا مصرف دارو به پزشک اطلاع دهید
- نتایج آزمایشات و بررسی های انجام شده را دور نیندازید.
- استراحت کافی و پرهیز از انجام ورزشهای سنگین
- محدودیت مصرف قهوه ، شکلات ، ادویه زیاد ، نوشیدنی های گازدار
- میوه و آبمیوه های حاوی ویتامین ث مثل آب پرتقال بیشتر مصرف کنید
- استفاده از حوله گرم جهت تسکین درد



## علائم و نشانه‌ها: درد، سوزش ادرار، تکرر ادرار ، احساس

فوریت در دفع ادرار، بی اختیاری یا قطره قطره ادرار کردن ، کدر شدن ادرار ، احساس سنگینی و فشار در پایین شکم ، خارش ناحیه تناسلی یا ترشح چرکی از مجرای ادرار، تب، تهوع و استفراغ ، بی اشتها، احساس خستگی و گیجی

## در صورت بروز علائم حتی با سابقه قبلی عفونت

## ادراری حتما جهت بررسی تشخیص های احتمالی با

## عنایت به اشتراک علائم در بعضی بیماری ها به

## پزشک مراجعه کنید.

## تشخیص: بر اساس شرح حال و علائم و سابقه آزمایش

ادرار (کامل و کشت )، آزمایش خون، سایر اقدامات با صلاحدید پزشک صورت می گیرد.

## نمونه گیری صحیح ادرار

ابتدا ناحیه تناسلی را به خوبی از جلو به عقب شستشو داده و خشک نمایید و ابتدای ادرار را دور دور ریخته و وسط ادرار را در ظرف آزمایش بریزید.



## عفونت ادراری: شایعترین اختلال مرتبط با سیستم

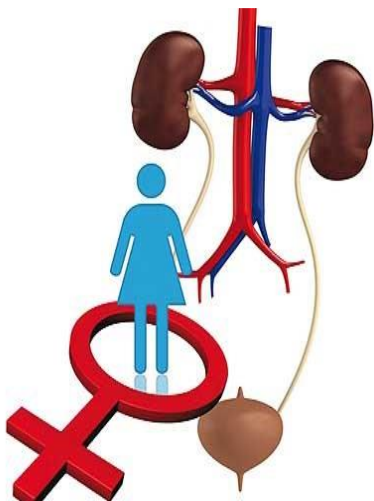
ادراری است (کلیه ها ، مثانه ، حالب ها ، مجرای ادرار) شایعترین علت عفونت آلودگی با میکروب های مدفوعی بوده و در خانم ها شایعتر می باشد . عفونت مثانه شایعترین عفونت سیستم ادراری می باشد

## عوامل ابتلا یا عود مجدد

- جنس مونث ، حاملگی ؛ یائسگی، افراد مسن
- مصرف کم مایعات و عدم دفع به موقع ادرار هنگام احساس نیاز به دفع
- عدم رعایت اصول بهداشتی ، شستشوی غلط ناحیه تناسلی بعد از دفع
- فراد دارای سوند ادراری
- بیماری های زمینه ای مانند دیابت / بیماریهای انسدادی مانند سنگ های ادراری
- داروها یا عواملی که باعث ضعف سیستم ایمنی میشود
- اختلالات ساختمانی دستگاه ادراری / اختلالاتی که مانع دفع کامل ادرار می شود (بزرگی پروستات ، چسبندگی رحم)



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی شهروود  
مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام حسین (ع)



## عفونت ادراری

تلفن: 13-32342000

تهیه و تنظیم: م خطیبی، کارشناس پرستاری، سوپروایزر آموزش

سلامت بازنگري: پاییز 1399

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث

راهنمای بالینی پرستاری دکتر امامی رضوی و اعظم گیوری

- در صورت ابتلا به بیماری های مزمن ( دیابت ، ضعف سیستم ایمنی ..) و ابتلا به عفونت ادراری به پزشک اطلاع رسانی کنید
- در خانم ها در صورت بروز علائم خارش ، ترشح ، سوزش به پزشک متخصص زنان مراجعه شود.
- در صورت بروز عفونت مکرر ادراری قبل از بارداری با پزشک مشورت کنید.
- در صورت بروز سوزش و خارش شدید مجرای ادرار در آقایان به پزشک ارولوژیست مراجعه و درمان کامل صورت گیرد (ممکن است بررسی و درمان همسر نیز لازم باشد

**در صورت بروز عفونت مکرر ادراری علیرغم رعایت**

**تمام نکات به جهت انجام بررسی های بیشتر و**

**بررسی علت به پزشک ارولوژیست مراجعه کنید.**

## علائم هشدار مراجعه به پزشک یا اورژانس

- عدم بهبود علائم یا تشدید آن پس از دو روز درمان یا بروز علائم جدید
- درد شدید پهلو ، کمر ، تهوع و استفراغ شدید ، عدم توانایی خوردن و نوشیدن
- بروز تب و لرز یا عدم بهبودی بعد از 2 روز درمان
- آنتی بیوتیکی
- بی حالی و کاهش سطح هوشیاری
- عدم بهبودی کامل پس از 2 هفته درمان
- بروز ضایعات پوستی و کهیر

## آموزش پیشگیری

- مایعات زیاد بنوشید (رنگ ادرار شفاف و روشن)
- ادرار خود را برای مدت طولانی نگه ندارید.
- پس از دفع ادرار و مدفوع ناحیه تناسلی را به جهت آلوده نشدن مجرای ادرار با مواد دفعی بطور صحیح بشویید (شستشو از جلو به عقب ) و از صابونها یا شوینده های معطر استفاده نکنید.
- لباس زیر کاملاً نخی بپوشید. لباس زیر تنگ و چسبان یا شلوارهای تنگ و چسبان برای طولانی مدت استفاده نکنید.