

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

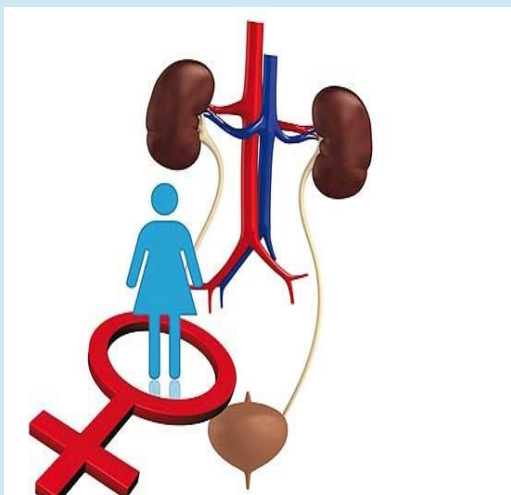
ادراری است (کلیه ها ، مثانه ،حالب ها ،مجرای ادرار) شایعترین علت عفونت آلودگی با میکروب های مدفوعی بوده و در خانم ها شایعتر می باشد. عفونت مثانه شایعترین عفونت سیستم ادراری می باشد

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)



عفونت ادراری



تهیه و تنظیم: دفتر آموزش سلامت

بازنگری: زمستان ۱۴۰۳

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 پهلوی ، کمر ، تهوع و استفراغ شدید ، عدم توانایی خوردن و نوشیدن
- بروز تب و لرز یا عدم بهبودی بعد از ۲ روز درمان آنتی بیوتیکی
- بی حالی و کاهش سطح هوشیاری
- عدم بهبودی کامل پس از ۲ 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.