

عفونت دستگاه ادراری:

عفونت ادراری یکی از شایع ترین بیماریها و شکایات مراجعه کنندگان به اورژانس ها و نیز شایع ترین شکایت مرتبط با سیستم ادراری است و به معنای وجود میکروب در دستگاه ادراری می باشد. دستگاه ادراری شامل کلیه ها، مثانه و مجرای ادراری است.

عفونت ادراری چگونه اتفاق می افتد:

عفونت مجاری ادراری به وسیله میکروب (باکتری) ایجاد می شود. این اختلالات بیشتر در خانم ها به علت کوتاه تر بودن پیشابراه است که به باکتری ها این اجازه را می دهد که به آسانی به سمت بالا حرکت کنند. بعضی اوقات باکتری ها از قسمت های دیگر بدن به دستگاه ادراری انتشار می یابند.

عوامل خطر برای عفونت مجاری ادراری:

- خانم بودن
- یائسگی
- مصرف کم مایعات
- افراد مسن
- اختلالات ساختمانی ادراری
- افراد دارای سوند یا لوله های ادراری
- بیماری های مزمن مثل دیابت
- عوامل انسدادی در دستگاه ادراری مثل سنگ های ادراری

- سطح پایین بهداشت و عدم رعایت اصول بهداشتی

- بزرگی غده پروستات در آقایان (ناتوانی در تخلیه کامل ادرار)

- ادرار کردن با فاصله های زیاد و عدم دفع به موقع به هنگام احساس نیاز به دفع

- بیماری ها یا مصرف داروهایی که باعث ضعف، نقص یا سرکوب ایمنی بدن شود.

- شستشوی غلط ناحیه تناسلی پس از دفع ادرار و مدفوع (در خانم ها جهت شستشو باید از سمت جلو به عقب باشد تا آلودگی مدفوعی به مجرای ادرار منتشر نشود).

علائم عفونت ادراری شامل:

- بدبو شدن ادرار
- درد و سوزش هنگام ادرار کردن
- کدر شدن ادرار
- تکرر ادرار
- بی اختیاری ادرار
- احساس سنگینی در لگن و پایین شکم
- قطره قطره ادرار کردن
- شب ادراری
- احساس فوریت در دفع ادرار
- ترشح چرکی از مجرا

تشخیص:

تشخیص بر اساس شرح حال، وجود علائم، معیانه بالینی، وجود عوامل خطر و سابقه ی قبلی ابتلا خواهد بود.

- آزمایش ادرار و کشت میکروبی برای تایید تشخیص و تعیین آنتی بیوتیک مناسب

- آزمایش مجدد ادرار یک الی دو هفته پس از پایان درمان جهت اطمینان از برطرف شدن عفونت بویژه در زنان حامله

نمونه گیری صحیح ادرار:

- ۱- ابتدا ناحیه تناسلی را به خوبی از جلو به عقب بشویید
- ۲- محل را خشک نمایید
- ۳- شروع به ادرار کردن نموده، ابتدای ادرار را دور بریزید
- ۴- از وسط جریان ادرار به مقدار درخواست شده ادرار در ظرف آزمایش، جمع آوری کنید.

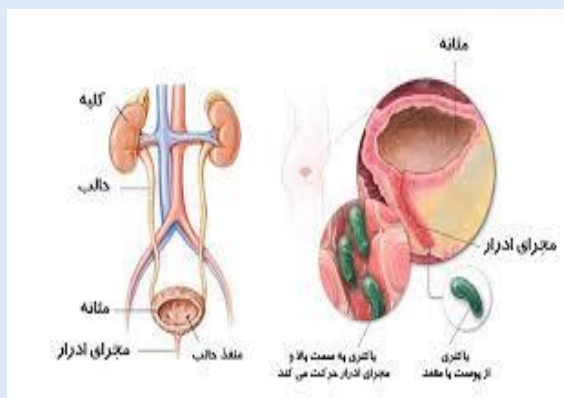
درمان:

درمان ایده آل برای عفونت دستگاه ادراری استفاده از آنتی بیوتیک ها است. برای عفونت های مزمن یا عفونت هایی که دوباره عود می کنند از رژیم های درمانی طولانی مدت استفاده می شود. صرف نظر از رژیم دارویی تجویز شده بیمار می بایستی حتی در صورت برطرف شدن علائم تمام دوزهای تجویز شده را مصرف کند.



کد سند: BH.adu.pam.16

عفونت ادراری



تهیه و تنظیم: دفتر آموزش سلامت

بازنگری بهار ۱۴۰۵

منبع: پرستاری داخلی برونر سوارث

-لباس زیر کاملاً نخی بپوشید و از لباس زیر تنگ و چسبان و شلوار جین استفاده نکنید.

-با رژیم غذایی مناسب از یبوست که موجب تخلیه ناکامل مثانه می شود جلوگیری کنید.

-از آنجا که برخی خانم ها دچار عفونت ادراری بدون علامت هستند قبل از بارداری در این مورد با پزشک خود مشورت کنید.

-تجویز پمادهای زنانه هورمونی توسط متخصص زنان در برخی موارد در خانم های یائسه که مکرراً دچار سوزش و تکرر ادرار می شوند موجب بهبود علائم می شود.

-ترشح زیاد و خارش شدید مجرای ادراری آقایان اغلب نشانه عفونت جنسی است.

شماره تماس: ۳۲۲۴۰۸۲۴

نکات آموزشی و توصیه های بهداشتی

-مایعات بویژه آب زیاد بنوشید. (۶ تا ۸ لیوان در روز) افراد با نارسایی کلیه در این مورد با پزشک خود مشورت نمایند.

-پس از اجابت مزاج شستن خود را از جلو به عقب انجام دهید.

-آنتی بیوتیک تجویزی را دقیقاً در زمان معین مصرف کرده و دوره درمان را کامل کنید.

-استراحت کافی داشته باشید.

-میوه و آبمیوه ترش و حاوی ویتامین ث مثل مرکبات بیشتر مصرف کنید. مصرف ذغال اخته، گیلان، کدو، حلوائی نیز توصیه می شود.

-به محض احساس نیاز به دفع ادرار نسبت به تخلیه آن اقدام کنید.

-مصرف طولانی مدت آنتی بیوتیک در خانم ها گاهی باعث تحریک و بروز عفونت های قارچی زنانه می شود. در صورت بروز خارش شدید و ترشح سفید رنگ در طی مصرف آنتی بیوتیک به پزشک معالج نمایید و شخصاً اقدام به قطع مصرف دارو نکنید.

-پس از پایان مقاربت جنسی اقدام به ادرار کردن نمایید.

مرکز آموزشی پرورشی و درمانی بیمارستان بهار شاهرود