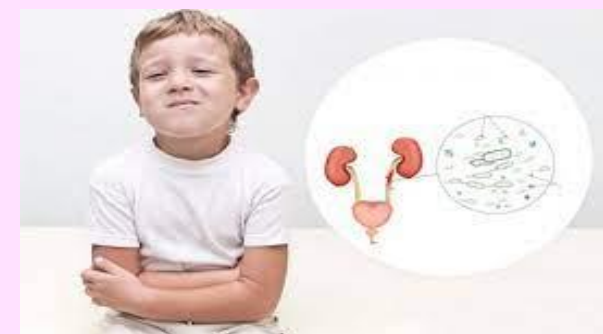


عفونت ادراری

تعریف: عفونت ادراری عبارت است از وجود میکرو ارگانیسم ها در حال تکثیر در کلیه ها و مجاری ادراری و یا مثانه که شیوع ابتلا به بیماری در خانم ها ۵۰ برابر آقایان است.



عوامل متعددی میتواند احتمال بروز این فرایند را بیشتر میکند از جمله:

- انسداد (بزرگ شدن پروستات یا تنگ شدن مجاری غدد ، سنگ های میزنای).
- شرایط نورولوژیکی (اسپینا بیفیدا ، ام اس ، آسیبهای نخاعی ، بیماری های ساختاری مثانه).
- غیرطبیعی بودن مسیر ادرار (کلیه ی پلی کیستیک)
- بیماری ریفلاکس مثانه.

- اجسام خارجی (ابزارهای پزشکی کاتتر و استنت)
- بیماری های زمینه ای مثل دیابت.

علائم:

بسته به اینکه قسمت های بالاتر تحت تاثیر عفونت قرار گرفته باشد یا پایین تر علائم متفاوت است.

علائم عفونت قسمت های پایین:

- سوزش هنگام ادرار، تکرار ادرار و ادرار اضطراری
- ادرار می تواند کدر باشد و بوی بدی داشته باشد.

علائم عفونت در قسمت های بالاتر همان موارد

بالا میباشد به علاوه درد کمر و پهلو و تب ولرز ، بیمار به احتمال زیاد به قدری ناخوش خواهد بود که ممکن است لازم شود در بیمارستان بستری شود.

- در کودکان زیر دو سال این علائم می تواند تهوع و استفراغ و اسهال ، نفخ شکم ، زردی و مشکلات تغذیه ای باشد.

- کودکان بالای دو سال هم ممکن است دچار شب ادراری، بی اختیاری ادرار و تب و ادرار بدبو و درد در هنگام ادرار، دفع ادرار بیشتر از هر سه ساعت یک بار و احساس فوریت در ادرار شوند.

اقدامات عمومی:

- مصرف زیاد مایعات ضروری است ، مواد قلیایی مانند سیترات ها که از طریق آب وارد بدن ما می شود میتواند به بهبود علائم کمک کند، هر چقدر میزان قلیایی بودن ادرار بیشتر باشد محیط برای رشد و تکثیر باکتری ها نامناسب تر شده و نتایج حاصل از درمان با استفاده از آنتی بیوتیک ها بهتر خواهد شد.
- آنتی بیوتیک ها اصلی ترین روش درمان برای عفونت ادراری هستند.
- بیمارانی که احساس میکنند عفونت ادراری قبلی آنها دارد عود میکند، نکاتی مانند مصرف دو تا سه لیتر مایعات در روز و ادرار کردن قبل از خواب می تواند به مدیریت عفونت ادراری کمک کند.



دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی بهار

" عفونت ادراری "



تهیه کننده: بخش اطفال ۱

بهار ۱۴۰۳

واحد آموزش به بیمار: ۰۲۳۳۲۲۴۰۸۲۴

- ✓ تعویض روزانه لباس زیر
- ✓ شستشوی جلو به عقب
- ✓ پیشگیری از ایجاد یبوست

- ✓ درمان یبوست
- ✓ ختنه کردن

✓ معاینات سالیانه شامل یک تست آنالیز ادرار ضروری است.

✓ در صورت مشاهده بی اختیاری ادراری در کسانی که توانایی کنترل ادرار را دارند ، استشمام بوی بد ادرار، تکرر ادرار و یا احساس فوریت در ادرار به پزشک مراجعه شود.

✓ در نوزادان و شیر خواران پوشک آنها را هر نیم ساعت چک کنید و در صورت ریزش دائمی ادرار، هیجان و تلاش در هنگام دفع یا قبل از آن ، علائم ناراحتی قبل و در حین و توقف متناوب ادرار، دفع قطره قطره ادرار و کاهش جریان ادراری به پزشک مراجعه کنید.

منبع: کتاب راهنمای بالینی پرستاری

• داروها را طبق دستور پزشک باید مصرف کنید و قراردادن زمان خاص برای مصرف دارو ضروری است.

• آنتی بیوتیک ها را قبل از خواب مصرف کنید

پیشگیری:

✓ بجای استفاده از وان از دوش استفاده کنید.

✓ اجتناب از پوشیدن شورت یا پوشک تنگ در طی روز هر چند ساعت مثانه را تخلیه کنید و ادرارتان را نگه ندارید و مثانه را کاملا تخلیه کنید.

✓ از زور زدن در هنگام اجابت مزاج پرهیز کنید.
✓ هنگامی که ادرار شما غلیظ است مصرف مایعات را زیاد کنید.

✓ مایعات به میزان فراوان یعنی ۸ تا ۱۰ لیوان در روز مصرف کنید.

✓ از مصرف قهوه چای ادویه الکل و سایر مایعات محرک ادراری پرهیز کنید.

✓ ویتامین سی و مواد حاوی آن پرتقال مرکبات و یا آب انگور میل کنید.

✓ مصرف غذاهای سرشار از پروتئین به اسیدپته ادرار کمک می کند.