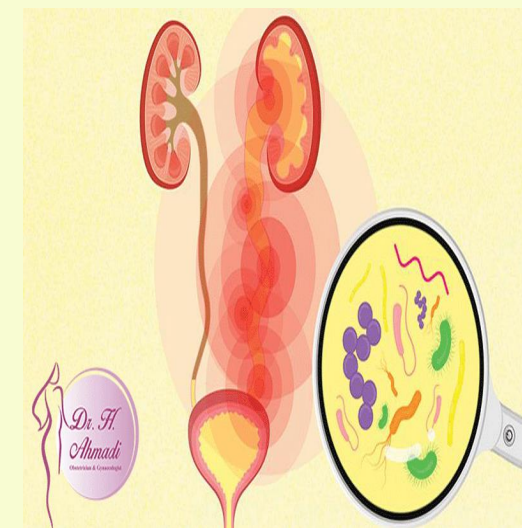


## بسمه تعالی

# عفونت ادراری



## واحد آموزش سلامت بیمارستان

### سردار سلیمانی

بیمارستان شهید سلیمانی

<https://soleimany-hosp.umsha.ac.ir>

۰۸۱-۳۴۹۴۷۷۰۱-۷ داخلی ۳۵۷

## عفونت ادراری:

عفونت مجرای ادراری معمولاً نوعی عفونت ناشی از باکتری در مسیر جریان ادرار است که می تواند در قسمت های زیر ایجاد شود: کلیه ها- حالب ها- مثانه- پیشابراه ممکن است هر کدام از این قسمت ها یا تمام مجرای ادراری عفونی شود. عفونت، اگر به طور کامل درمان نشود، می تواند به کلیه ها و مثانه آسیب برساند. همچنین عفونت درمان نشده به خون انتشار پیدا می کند و زندگی فرد را تهدید می کند.

### عفونت چگونه ایجاد می شود:

آلودگی که توسط باکتری ایجاد می شود، می تواند مشکلات زیر را به وجود آورد: عفونت مثانه- عفونت کلیه- التهاب پیشابراه در حالت عادی و به طور طبیعی در مجرای ادراری هیچ نوع میکربی وجود ندارد. عواملی که سبب عفونت ادراری می شوند از مقعد یا واژن به پیشابراه، مثانه یا کلیه منتقل می شود. عفونت مجرای ادرار در زنان شایع تر از مردان است. چون مجرای ادرار در زنان کوتاه تر است. گاهی عامل عفونت ادراری، از یک ناحیه دیگر در بدن که قبلاً دچار عفونت شده، از راه جریان خون به مجرای ادرار می رسد و باعث آلودگی می شود.

### علل ایجاد عفونت ادراری:

- انسداد مجرای ادرار، مثلاً سنگ کلیه می تواند مانع عبور ادرار از کلیه به مثانه شود.
- اگر مبتلا به بیماری مثل دیابت یا مشکل دیگری هستید که سیستم ایمنی شما را تضعیف می کند، احتمال عفونت ادراری وجود دارد.
- هر چه سن بالاتر برود، تخلیه کامل مثانه مشکل تر خواهد شد.
- اگر کمی ادرار در مثانه باقی بماند، باکتری هایی که به مثانه وارد می شوند، شروع به رشد و زیاد شدن می کنند و عفونت ایجاد می شود. در سنین بالا احتمال بروز عفونت بیشتر است.

### علامت های عفونت ادراری کدامند؟

- ❖ زیاد شدن تعداد دفعات ادرار کردن
- ❖ احساس نیاز فوری به دفع ادرار
- ❖ درد یا سوزش و ناراحتی هنگام ادرار کردن
- ❖ بوی تند ادرار
- ❖ درد در پائین لگن، کمر و پهلو
- ❖ ظاهر کدر یا قرمز رنگ ادرار
- ❖ تب و لرز
- ❖ تعریق
- ❖ نشت و بی اختیاری ادرار

- زمان مراجعه به پزشک برای خارج کردن سوند به بیمار گوشزد شود.
- در صورت تجویز آنتی بیوتیک با نظر پزشک معمولاً به مدت ۷ تا ۱۰ روز به صورت خوراکی مصرف کنید و دوره درمان را کامل کنید.

### روش گرفتن نمونه جهت کشت ادرار:

نمونه ای از ادرار که برای کشت تهیه می شود، باید کاملاً تمیز و بدون آلودگی باشد قبل از ادرار کردن ناحیه را با آب و صابون، کاملاً شستشو دهید؛ شروع به ادرار کردن کنید و سپس بدون اینکه جریان ادرار را قطع کنید، ظرف را زیر ادرار نگه دارید، و تا حدود ۳۰ تا ۵۰ سی سی جمع آوری کنید و بدون اینکه دست شما با داخل ظرف تماس پیدا کند، درب آن را ببندید.

- **در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید**
- **وجود خون و ترشحات چرکی در ادرار، ادرار کدر، ادرار شبانه - تب و لرز، تکرر و سوزش ادرار، درد پهلو، بی اشتهایی، خستگی .**

- از مصرف زیاد مواد غذایی تصفیه شده مانند نان سفید، پاستا و به ویژه شکر اجتناب کنید.
- از مصرف قهوه و سایر محرکها مانند الکل، تنباکو و چای غلیظ پرهیز نمایید. الکل و کافئین احتمال ابتلا به عفونت را افزایش میدهند.
- هیچ گاه ادرار کردن را به تأخیر نیندازید. در هنگام اجابت مزاج به درستی ناحیه تناسلی خود را تمیز کنید و از جلو به سمت عقب خود را بشویید تا باکتریها وارد دستگاه ادراری نشود.
- مدت زمان مشخص شده توسط پزشک بعد از درمان باید آزمایش ادرار را تکرار کنید تا مشخص شود که عفونت برطرف شده است .

در شرایط خاصی که شما با لوله و یا سوند ادراری

### مرخص شوید

- مراقبت از سوند ادراری در منزل انجام شود
- شستن دستها با آب و صابون قبل و پس از دست زدن به لوله ادراری و کیسه تخلیه، رعایت بهداشت ناحیه تناسلی انجام شود.
- قرار دادن کیسه ادراری پایینتر از سطح بدن
- مراقبت از اتصالات سوند و پیشگیری از جدا شدن کیسه از سوند، تخلیه کیسه ادراری در زمانی که یک سوم آن پر شده است .

### درمان عفونت ادراری:

- عفونتهای ادراری با داروی آنتی بیوتیک درمان می شود. این دارو باید توسط متخصص بیماریهای مجاری ادراری و با توجه به نوع عفونت، تجویز شود.
- برای درمان کامل بایستی تمام دارویی را که برای شما تجویز شده و در زمان تعیین شده مصرف کنید. دوره درمان باید کامل شود تا عفونت کاملاً برطرف گردد .

### آیا می دانید چگونه می توانید از

### خودتان مراقبت کنید؟

- مایعات به خصوص آب بیشتر مصرف کنید. مصرف زیاد مایعات، به خروج باکتریها از مجرای ادرار کمک می کند.
- در صورت دردهای پیچشی شکم یا کمر درد شدید، از کیف آب گرم یا پتوی برقی در محل نشیمنگاه استفاده کنید.
- در صورت بروز تب بالای ۳۸ درجه، استراحت کنید، از داروی پائین آورنده تب (مثل استامینوفن یا آسپرین) با نظر پزشک استفاده کنید، و هر روز دمای بدن خود را یادداشت کنید.
- از دوش آب گرم برای تسکین و کاهش درد استفاده کنید.