

## عفونت ادراری

### علائم، دلایل، پیشگیری و درمان

عفونت دستگاه ادراری (urinary tract infection).

اکثر انواع عفونت های ادراری شامل قسمت پایینی دستگاه ادراری یعنی عفونت مثانه و پیشابراه می باشند. خطر ابتلا به عفونت ادراری در زنان بیشتر از مردان می باشد. عفونت محدود به مثانه دردناک و ناراحت کننده است اما اگر این عفونت به کلیه ها برسد، خطرناک و جدی می باشد.

### انواع علائم کلی عفونت دستگاه ادراری

عفونت دستگاه ادراری همیشه همراه با علامت و نشانه نمی باشد، اما اگر علامتی داشته باشد، این علائم شامل موارد زیر می شوند:  
احساس نیاز شدید به ادرار کردن و تکرر ادرار  
احساس سوزش هنگام ادرار و ادرار کدر و خونی  
درد لگن در خانم ها ، درد مقعد در آقایان  
در افراد مسن و میانسال ممکن است عفونت ادراری با بیماری دیگری اشتباه گرفته شود.



۱

## دلایل عفونت دستگاه ادراری

عفونت دستگاه ادراری عموماً زمانی رخ می دهد که باکتری ها از طریق مجاری ادراری وارد دستگاه ادراری شده و شروع به رشد و حرکت به سمت مثانه می نماید.

عوامل زیر خطر ابتلا به عفونت دستگاه ادراری را افزایش می دهند، این عوامل شامل:

زن بودن - عفونت ادراری در زنان شایع تر می باشد و خیلی از زنان بیشتر از یکبار دچار این نوع عفونت می شوند.

مصرف انواع خاص وسایل پیشگیری از بارداری - زنانیکه از دیافراگم برای پیشگیری از بارداری استفاده می کنند، بیشتر از دیگران در خطر عفونت دستگاه ادراری می باشند.

بعد از دوران یائسگی - بعد از دوران یائسگی، عفونت ادراری بدلیل کمبود استروژن ممکن است شدیدتر شود.

اختلالات دستگاه ادراری - اختلالات و غیرعادی بودن دستگاه ادراری می تواند باعث ابتلا به عفونت ادراری شود.

سنگ کلیه و یا پروستات بزرگ شده باعث حبس ادرار در مثانه و در نتیجه ابتلا به عفونت ادراری می شود.

سیستم ایمنی ضعیف - دیابت و سایر بیماری ها می توانند باعث اختلال در سیستم ایمنی بدن شده و در نتیجه خطر عفونت های ادراری می شود.

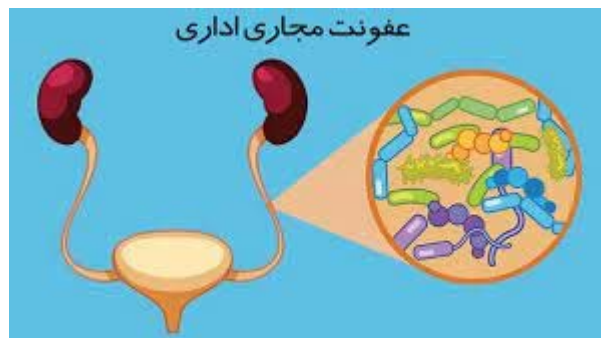
استفاده از سوند - کسانی که نمی توانند ادرار کنند و از سوند و یا کاتتر استفاده می نمایند در خطر بیشتری برای ابتلا به عفونت ادراری هستند.

در صورتی که عفونت ادرار درمان نشود عود کننده می شود و ممکن است در سال چندین بار عفونت ادراری ایجاد شود و در خانمها در سن بارداری باعث نوزاد کم وزن و .... میشود

۲

## درمان عفونت ادراری

پزشکان عموماً از آنتی بیوتیک ها برای درمان عفونت ادراری استفاده می نمایند. اینکه چه دارویی و به چه مدت استفاده شود، بسته به باکتری موجود در ادرار می باشد. عموماً علائم بیماری چندین روز بعد از درمان بیماری شروع به محو شدن و کاهش می کند. اما ممکن است برای درمان کامل نیاز به ادامه مصرف دارو تا چند هفته باشد. همه مقداریکه پزشکتان برای شما تجویز کرده را می بایست مصرف نمایید. پزشک همچنین از داروهای مسکن برای کاهش درد و سوزش هنگام ادرار استفاده نماید. اگر عفونت تکرارشونده باشند هورمون درمانی نیز ممکن است انجام شود



۳

## عفونت ادراری "ویژه بیماران"



منبع :

۱- برونر سوارث

تاریخ تهیه : ۱۴۰۲/۷/۲۵

بازنگری : ۱۴۰۵/۷/۲۵

ID:SH-PE-Pa/۴۱-۰۱-۰۲/۱۰

در خانمها و دختران برای شستشو مجرای ادراری از جلو به پشت بشویید - بعد از ادرار کردن و مدفوع کردن و موقع شستن خود از جلو شروع کرده و رو به پشت حرکت نمایید تا باکتری های مقعد وارد دستگاه ادراری نمی شود.  
خالی کردن مثانه پس از رابطه زناشویی - پس از رابطه زناشویی لیوانی پر آب مصرف کرده و همچنین ادرار نمایید، تا باکتری ها خراج شوند.  
اجتناب از مصرف ملتهب کننده های زنانه - دئودورانت ها، اسپری ها و سایر محصولات زنانه که در ناحیه آلت جنسی استفاده می شوند، قادر به التهاب پیشابراه می شوند.  
• در صورت استفاده از سوند ادراری سیستم شیر آن حفظ شود و زیاد دستکاری نشود .  
• به میزان ادرار جمع آوری در کیسه ادرار توجه شود چنانچه در ساعت کمتر از ۳۰<sup>cc</sup> ادرار دفع می شود به پزشک خود اطلاع دهید .  
• سوند ادرار با نوار چسب به قسمتی از ران پای خود فیکس کنید تا از جابجایی سوند جلوگیری شود .

## واحد آموزش به بیمار بیمارستان ساسان

آدرس : تهران - بلوار کشاورز - شماره ۴۳

تلفن : ۸۹-۸۸۹۶۵۱۷۰- داخلی ۷۳۹

[info@sasanhospital.com](mailto:info@sasanhospital.com)

## خودمراقبتی

عفونت دستگاه ادراری می تواند دردناک باشد، اما با رعایت مواردی می شود تا زمانیکه آنتی بیوتیک عفونت را از بدن پاک می کند، درد عفونت ادراری را کاهش داد. این موارد شامل:  
مصرف مقدار زیادی مایعات - برای رقیق کردن ادرار و بیرون ریختن باکتری ها مفید می باشد.  
اجتناب از نوشیدنی های ملتهب کننده - اجتناب از مصرف نوشیدنی هایی که باعث التهاب مثانه می شوند همچون قهوه، الکل و نوشیدنی های حاوی اسید و کافئین شدت بیماری خود را کاهش می دهید.  
استفاده از پد های گرم - گذاشتن پدهای گرم (نه داغ) بر روی شکم باعث کاهش فشار بر روی مثانه می شود.

