



اصلاح

## عوارض عفونت ادراری



- آسیب دائمی کلیه
- عفونت مکرر
- زایمان نوزاد با وزن کم یا نارس
- تنگی مجرای ادرار در مردان
- سپسیس یا گند خونی

در صورتی که در منزل داروهای دیگری را مصرف می کنید حتماً به پزشک معالج خود اطلاع دهید زیرا ممکن است با آنتی بیوتیک تجویز شده ناسازگار باشد. به هیچ وجه شخصاً نحوه ی مصرف داروها را تغییر ندهید.

### در صورت بروز چه علائمی به پزشک مراجعه کنیم؟

- عدم بهبودی علائم یا تشدید آن پس از دو روز درمان
- بروز علائم جدید و اضافه شدن به علائم قبلی
- درد شدید پهلوها و کمر
- بروز یا تشدید تب و لرز یا ادامه تب پس از دو روز از شروع درمان با آنتی بیوتیک
- تهوع و استفراغ شدید
- عدم توانایی خوردن و نوشیدن
- بی حالی و کاهش سطح هوشیاری
- عدم بهبودی کامل پس از دو هفته
- بروز بثورات و ضایعات پوستی مثل کهیر که می تواند نشانه ی حساسیت به آنتی بیوتیک باشد.

از انجام ورزش های سنگین خودداری کنید. فعالیت جسمانی زیاد باعث تشدید برخی علائم مثل ضعف و بی حالی شده و هم چنین با افزایش میزان تعریق، باعث کم آبی بدن نیز می شود.

نوشیدن زیاد قهوه، نسکافه و سایر نوشیدنی های حاوی کافئین زیاد تا زمان بهبود ممکن است با تحریک مثانه باعث تشدید علائم شود.

از مصرف زیاد انواع شکلات، غذاهای تند و پرادویه نوشیدنی های گازدار (مثل نوشابه) خودداری کنید.

میوه ها و آب میوه های ترش و حاوی ویتامین ث مثل مرکبات بیشتر مصرف کنید.

در صورت وجود درد یا تب بهتر است از استامینوفن طبق تجویز پزشک استفاده کنید.

کیسه ی آب گرم یا حوله ی گرم باعث تسکین درد شکم و پهلوها می شود.

ادرار خود را نگه ندارید و در صورت احساس نیاز به دفع ادرار، سریعاً این کار را انجام داده و مثانه ی خود را به طور کامل تخلیه نمایید.

اگر باردار هستید حتماً به پزشک اطلاع دهید (چون نه تنها مصرف برخی از آنتی بیوتیک ها در دوران بارداری خطرناک است، بلکه در طول بارداری نیاز به بررسی و مراقبت ویژه تری نیز می باشد).

مصرف طولانی مدت آنتی بیوتیک در خانم ها گاهی ممکن است باعث تحریک بروز عفونت های قارچی زنانه شود. بنابراین در صورت بروز خارش شدید و ترشح سفیدرنگ در طول مصرف آنتی بیوتیک به پزشک مراجعه کنید. ولی هرگز شخصاً اقدام به قطع خودسرانه ی دارو نکنید.

## عفونت ادراری

آدرس: سه راه سیمین، خیابان جانبازان، انتهای بلوار شهیدبخشی. تلفن: ۰۳۱۳۵۱۳۰۰۰۰ ، داخلی واحد آموزش به بیمار: ۷۷۲



## در صورت ابتلا به عفونت ادراری چه مراقبت هایی را باید انجام دهیم؟

- ✚ آب زیاد بنوشید، جریان زیاد ادرار باعث شسته شدن میکروب ها از مجاری ادراری می شود.
- ✚ در صورت تجویز آنتی بیوتیک، دارو را دقیقاً در زمان معین مصرف کنید و حتما دوره ی درمان را کامل کنید. این زمان معمولاً سه تا هفت روز است. ولی در مورد عفونت های شدید که کلیه ها را درگیر می کند ۱۰ تا ۱۴ روز ادامه می یابد.
- ✚ مصرف ناصحیح آنتی بیوتیک ها باعث مقاوم شدن میکروب ها، باقی ماندن میکروب ها و افزایش احتمال تکرار عفونت در آینده می شود.
- ✚ ممکن است داروهایی برای بهبود سوزش و درد هنگام دفع ادرار برای شما تجویز شده باشد(مانند فنازوپریدین). این داروها می توانند به طور طبیعی باعث تغییر رنگ ادرار به قهوه ای شوند. در این صورت نگران نباشید و مصرف دارو را ادامه دهید.
- ✚ استراحت کافی داشته باشید تا بدن شما قدرت کافی برای مبارزه با میکروب ها را داشته باشد.

- ✓ افراد دارای سوند یا لوله های ادراری
- ✓ اختلالات ساختمانی دستگاه ادراری
- ✓ هر عاملی که باعث انسداد در دستگاه ادراری شود مانند سنگ های ادراری
- ✓ بیماری های مزمن زمینه ای مانند دیابت
- ✓ ابتلا به عوامل یا بیماری ها یا مصرف داروهایی که باعث ضعف، نقص یا سرکوب سیستم ایمنی بدن شود.
- ✓ اختلالاتی که باعث ناتوانی در تخلیه ی کامل ادرار می شود مثل بزرگی غده ی پروستات در آقایان و چسبندگی رحمی و لگنی در خانم ها

## عفونت ادراری چه علایمی دارد؟

- درد و سوز هنگام ادرار کردن، تکرر ادرار، احساس فوریت در دفع ادرار
- احساس باقی ماندن ادرار در مثانه پس از تخلیه ادرار، قطره قطره ادرار کردن، بی اختیاری ادراری، شب ادراری
- کدر و غیر شفاف شدن یا تغییر رنگ ادرار، بدبو شدن ادرار، وجود خون در ادرار
- احساس سنگینی و فشار در لگن و پایین شکم، درد کمر و پهلو و کشاله ی ران
- خارش ناحیه ی تناسلی یا ترشح چرکی از مجرای ادراری آقایان
- تب(از تب خفیف تا تب و لرز شدید می تواند متغیر باشد)
- تهوع، استفراغ، اسهال و بی اشتها
- احساس ضعف و خستگی، گیجی و کاهش سطح هوشیاری(در افراد مسن)

## عفونت ادراری چیست؟

عفونت ادراری یکی از شایع ترین بیماری ها و شکایات مراجعه کنندگان به اورژانس ها و پزشکان و هم چنین شایع ترین اختلال مرتبط با سیستم ادراری است و به معنای وجود میکروب در دستگاه ادراری می باشد. دستگاه ادراری شامل کلیه ها، حالب، مثانه و مجرای ادراری است.

شایع ترین علت بروز عفونت ادراری آلودگی با میکروب های روده ای است و در خانم ها به طور کلی شایع تر از آقایان می باشد. عفونت ادراری انواع مختلفی دارد که از بین آن ها عفونت مثانه بسیار شایع تر است.

## عفونت ادراری چه عللی دارد؟

وجود عوامل زیر باعث افزایش احتمال ابتلا به عفونت ادراری یا تکرار آن(عفونت مکرر یا راجعه) می شود:

- ✓ حاملگی
- ✓ یائسگی
- ✓ افراد مسن
- ✓ ادرار کردن با فاصله زیاد و طولانی و عدم دفع به موقع ادرار هنگام احساس نیاز به دفع
- ✓ سطح پایین بهداشت و عدم رعایت مناسب اصول بهداشتی
- ✓ شستشوی غلط ناحیه تناسلی پس از دفع ادرار و مدفوع به ویژه در خانم ها . جهت شستشو باید از سمت جلو به عقب باشد تا آلودگی مدفوعی به مجرای ادرار منتشر نشود.