

شماره سند: H02B1E100/I22

تاریخ ویرایش: ۱۴۰۴/۰۳/۳۰

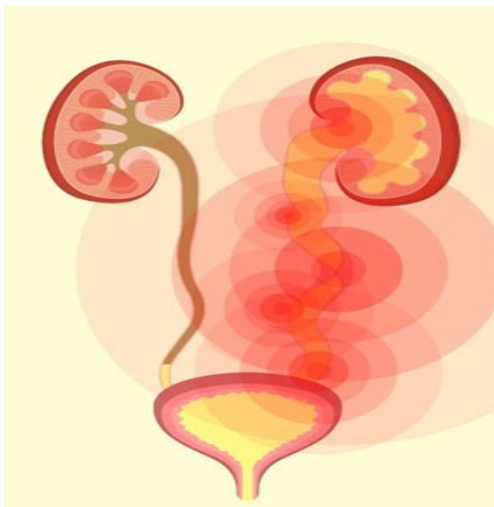
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۶/۱۲/۲۵



بیمارستان شهید هاشمی نژاد

آموزش به بیمار

عفونت ادراری بزرگسالان



بیمارستان آموزشی، پژوهشی،
درمانی شهید هاشمی نژاد مشهد
واحد آموزش به بیمار

فعالیت:

در ابتدا استراحت داشته باشید اما با بهبود علائم فعالیت های خود را از سر گرفته و فعالیت های سبک مانند پیاده روی را انجام دهید.

شلوار تنگ نپوشید و از لباس های زیر نخی استفاده کنید و هر دو روز آن ها را تعویض کنید.

تغذیه:

بهبودهای زیر در رژیم غذایی شما ممکن است از عفونت های مجاری ادراری در آینده جلوگیری کند:

- روزانه ۲ تا ۴ لیتر مایعات فراوان بنوشید.
- مایعاتی که مثانه را تحریک می کنند مانند الکل و کافئین ننوشید.
- از یبوست اجتناب کنید، مطالعات نشان می دهد که این امر ممکن است باعث شود مثانه به طور کامل تخلیه نشود و باقیمانده ادرار حاوی باکتری باقی بماند. در نتیجه از مواد غذایی پرفیبر استفاده کنید مانند میوه و سبزی
- استفاده از شربت زغال اخته به علت اثر محافظت کنندگی دستگاه ادراری است.

در صورت داشتن علائم زیر با پزشک مشورت کنید:

- درد پشت یا پهلو
- لرز
- تب
- استفراغ کردن
- همچنین اگر علائم UTI بلافاصله پس از درمان با آنتی بیوتیک عود کرد

پیشگیری از عفونت ادراری



منبع : سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۱۳۵ یا با شماره ۳۱۰۹

تماس گرفته و شماره بخش داخلی یک ۲۰۳۰ و داخلی دو ۲۵۰۵ را وارد نمایید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه

روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما

می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.

جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



مطالب پیش روی شما محتوی نکات آموزشی برای مراقبت از بیماریتان می باشد. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



عفونت دستگاه ادراری چیست؟

عفونت دستگاه ادراری ممکن است در هر قسمت این دستگاه اتفاق بیفتد. بسته به محل آن به انواع زیر تقسیم می شود:

عفونت ادراری فوقانی (عفونت کلیه ها و حالب ها) و عفونت ادراری تحتانی (عفونت مثانه و میزراه)

بیشتر عفونت های ادراری ناشی از باکتری هایی هستند که وارد مجرای ادرار و سپس مثانه می شوند. عفونت اغلب در مثانه ایجاد می شود، اما می تواند به کلیه ها سرایت کند. معمول ترین محل عفونت، عفونت مثانه است که به طرف کلیه ها گسترش می یابد.

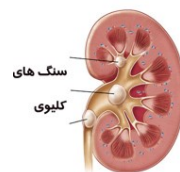
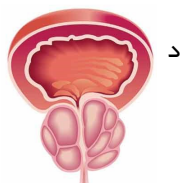
میزراه کوتاه خانم ها، آن ها را بیشتر مستعد این بیماری

عوامل خطر عفونت ادراری



موارد زیر شانس عفونت

دستگاه ادراری را بیشتر می کند:



- دیابت
- سالمندان
- مشکل در خالی شدن کامل مثانه
- سوند یا لوله ای که در دستگاه ادراری قرار دارد
- بی اختیاری در دفع مدفوع
- بزرگی پروستات، تنگی میزراه یا هرچیزی که باعث قطع جریان ادرار شود.
- سنگ های کلیه
- بی حرکتی طولانی مدت
- بارداری

علائم عفونت ادراری تحتانی



خستگی، درد و احساس ناخوشی



نیاز مکرر به تخلیه ادرار



بوی شدید ادرار



ادرار به رنگ کدر صورتی یا همراه با خون



درد ناحیه لگن در زنان



درد، ناراحتی یا سوزش هنگام ادرار کردن



احساس نیاز ناگهانی به ادرار کردن



احساس خالی نشدن مثانه به طور کامل

اگر عفونت به کلیه ها پخش شود، ممکن است نشانه های زیر آشکار گردد:

علائم عفونت ادراری فوقانی



آشفته گی و بی قراری



تب



لرز



درد پشت و پهلو



گیجی



تهوع و استفراغ

تشخیص:

جهت تشخیص عفونت ادراری آزمایش ادرار و کشت ادرار انجام می شود. تصویربرداری مانند سونوگرافی نیز جهت بررسی علت عفونت (سنگ ادراری، بزرگی پروستات و ...) انجام می شود.

درمان:

بیشتر اوقات، برای جلوگیری از گسترش عفونت به کلیه ها، باید آنتی بیوتیک مصرف کنید. برای عفونت ساده مثانه، ۱ تا ۵ روز (زنان) یا ۷ تا ۱۴ روز (مردان) آنتی بیوتیک مصرف خواهید کرد. طول درمان بستگی به آنتی بیوتیک مورد استفاده دارد.

