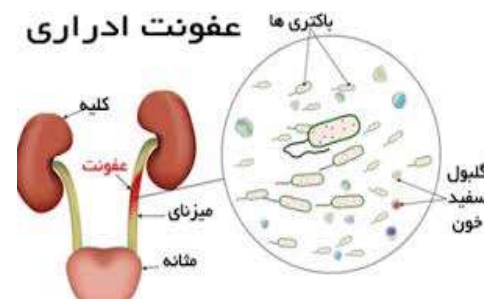




مرکز آموزشی، تحقیقاتی و درمانی خاتم الانبیاء (ص) زاهدان



بخش عفونی

ناظر علمی: دکتر ملاشاهی

واحد آموزش سلامت

کد سند: KH-Edu-pm-39

تاریخ تدوین: ۱۴۰۲/۳/۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۳/۱

عفونت ادراری یکی از شایعترین بیماریها و شکایات مراجعه کنندگان به بیمارستان است.

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

خانم ها : یائسگی ، حاملگی، مصرف کم مایعات،
ادرار کردن با فاصله ی زیاد و طولانی و عدم دفع به موقع
ادرار هنگام احساس نیاز به دفع
-عدم رعایت مناسب اصول بهداشتی
-شستشوی غلط ناحیه ی 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 .

-افراد دارای سوند یا لوله های ادراری
-اختلالات ساختمانی دستگاه ادراری

-سنگ های ادراری

-بیماری های مزمن زمینه ای مثل 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.

علائم ابتلا به عفونت ادراری:

۱-درد و سوزش هنگام ادرار کردن تکرار ادرار / احساس
فوریت در دفع ادرار

۲-احساس باقی ماندن ادرار در مثانه پس از تخلیه ی
ادرار/قطره قطره ادرار کردن/بی اختیاری ادرار/شب
ادراری

۳-کدرو غیر شفاف شدن یا تغییر رنگ و بد بو شدن
ادرار/خون در ادرار

۴-احساس سنگینی و فشار در لگن و پایین شکم / درد
کمرو پهلوی و کشاله ی ران

۵-خارش ناحیه ی تناسلی یا ترشح چرکی از مجرای
ادراری در آقایان

۶-تب (از تب خفیف تا تب و لرز شدید می تواند
متغیر باشد)

۷-تهوع و استفراغ / اسهال / بی اشتها

۸-احساس ضعف و خستگی / گیجی و کاهش سطح
هوشیاری (در افراد مسن)

تشخیص:

تشخیص عفونت ادراری معمولاً بر اساس شرح حال،
وجود علائم، معاینات بالینی، وجود عوامل خطر و سابقه
ی قبلی ابتلا به عفونت ادراری است. ممکن است پزشک
برای تایید تشخیص و رد کردن سایر بیماری ها برای
شما آزمایش ادرار درخواست کند.

❖ آموزش به بیمار:

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه

های زیر توجه کنید:

آب زیاد بنوشید، جریان زیاد ادرار باعث شسته شدن میکروبها از داخل مجاری ادراری می شود.

استراحت کافی داشته باشید تا بدن شما قدرت کافی برای مبارزه با میکروب ها را داشته باشد.

در صورت تجویز آنتی بیوتیک دارو را دقیقاً در زمان معین مصرف کنید و حتماً دوره ی درمان را تا پایان کامل کنید،

این زمان معمولاً ۷-۳روز است ولی در مورد عفونت های شدید که کلیه ها را درگیر می کند ۱۱ - ۱۴روز ادامه می یابد . مصرف غلط 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 (مثل فنازوپریدین)، این داروها می توانند به طور طبیعی باعث تغییر رنگ و رنگی شدن ادرار شوند، در این صورت نگران نباشید و مصرف دارو را ادامه دهید.

از انجام ورزش های سنگین خودداری کنید، فعالیت جسمانی زیاد با افزایش میزان تعریق باعث کم آبی بدن میشود.

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 و نوشیدنی های گازدار (مثل نوشابه) خودداری کنید.

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

اگر احتمالاً باردار هستید حتماً به پزشک اطلاع بدهید

❖ در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به

اورژانس یا پزشک مراجعه کنید:

-عدم بهبود علائم یا تشدید آن پس از ۲روز درمان
-بروز علائم جدید و اضافه شدن به علائم قبلی

-درد شدید پهلوها و کمر

-بروز یا تشدید تب و لرز یا ادامه ی تب پس از ۲روز
از شروع درمان با آنتی بیوتیک

-تهوع و استفراغ شدید

-عدم توانایی خوردن یا نوشیدن

-بی حالی و کاهش سطح هوشیاری

-عدم بهبودی کامل پس از ۲هفته

بروز بثورات و ضایعات پوستی مثل کهیر که می تواند نشانه ی حساسیت به آنتی بیوتیک باشد.

منبع : پرستاری داخلی -جراحی برونر و سودارث
۲۰۲۲: کلیه و مجاری ادراری /جلد ۷/ترجمه ملاحظت
نیکروان

آدرس: خیابان جام جم. بیمارستان خاتم الانبیا(ص).
۰۵۴۳۳۲۲۰۵۰۱ داخلی ۴۶۳