



عفونت ادراری



تهیه کننده: فریبا اسدی (کارشناس پرستاری)

تاییدکنندگان:

فاضل اسکندری (مدیر پرستاری)

خدیجه عباسی (سوپروایزر آموزشی)

نرگس همتی (سوپروایزر آموزش سلامت)

تایید کننده نهایی: دکتر هادی کمشی (متخصص داخلی)

منبع: برونر سوارث کلیه و مجاری ادراری 2018



بازنگری: آذرماه ۱۴۰۰

• اگر احتمالاً باردار هستید حتماً به پزشک مراجعه نمایید.

• در صورتی که از داروهای دیگری به صورت دائم مصرف می

کنید (مثلاً داروهای مصرفی رقیق کننده خون هستند)

حتماً به پزشک اطلاع دهید چرا که مصرف آنتی بیوتیک ها

ممکن است با داروهای رقیق کننده تداخل داشته باشند.

• اگر در اورژانس برای شما آزمایش ادرار و یا سونوگرافی

انجام شده است جهت مراجعات بعدی به همراه داشته باشید.

• به جای وان از دوش استفاده کنید، زیرا میکروبها از طریق

آب وان به پیشابراه راه پیدا می کنند.

• لباس زیر نخی بپوشید، زود به زود تعویض کنید و در آفتاب

خشک کنید، یا اتو بکشید.

• بعد از نزدیکی جنسی حتماً ادرار کنید.

• از لباس زیر تنگ استفاده نکنید.

• از نگه داشتن ادرار در مثانه خودداری کنید، ترجیحاً هر ۲-۳

ساعت یکبار دفع ادرار داشته باشید.

• در صورت تجویز آنتی بیوتیک، دارو را دقیقاً در زمان معین

مصرف کنید و دوره درمان را کامل کنید.

• جهت کاهش درد، می توانید از کیسه آب گرم روی مثانه

استفاده کنید.

• مسکن های ادراری مثل فنازوپریدین باعث تغییر رنگ

ادرار می شوند (ادرار زعفرانی رنگ). در این صورت نگران

نباشید و مصرف دارو را ادامه دهید.

• استراحت کافی داشته باشید و از انجام ورزشهای سنگین

خودداری کنید .

• از نوشیدن قهوه و نسکافه و انواع شکلات و غذاهای تند

و ادویه دار و نوشابه های گازدار خودداری کنید.

• پس از دفع ادرار ناحیه پرینه را از جلو به عقب شسته و

خشک کنید.

• لباس زیر خود را روزانه تعویض کنید.

• میوه جات و آبمیوه های حاوی ویتامین ث مانند مرکبات،

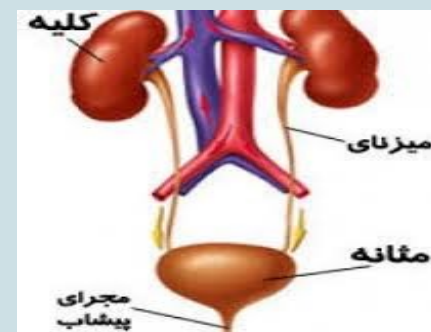
کیوی، طالبی، فلفل دلمه، نخود فرنگی، بیشتر مصرف کنید.

• در صورت وجود تب از تب بر مثل استامینوفن استفاده

کنید .

عفونت سیستم ادراری:

سیستم ادراری شامل کلیه ها، حالب ها، مثانه و پیشابراه می باشد. همه یا هر کدام از قسمت های دستگاه ادراری می توانند عفونی شوند. اگر عفونت ادراری درمان نشود می تواند صدمات دائمی به کلیه ها وارد کند و یا اینکه به خون گسترش یافته و منجر به فوت شود.



علائم عفونت ادراری:

- ♦ ادرار تیره یا خونی
- ♦ احساس نیاز فوری به ادرار کردن
- ♦ تب
- ♦ درد و سوزش در حین ادرار کردن
- ♦ تهوع و استفراغ
- ♦ بوی بد و تند ادرار
- ♦ ادرار کردن بیشتر از دفعات معمول (تکرار ادرار)



♦ بی حالی و احساس بیماری

- ♦ درد سمت تحتانی لگن، معده، قسمت تحتانی پشت و پهلوها
- ♦ شب ادراری
- ♦ ادرار کردن به سختی یا بی اختیاری ادراری
- ♦ تغییر در مقدار ادرار (بیشتر یا کمتر)
- ♦ در مواردی نیز عفونت ادراری ممکن است بدون علامت باشند مثل حاملگی و دیابت

علل عفونت سیستم ادراری:

عفونت ادراری بوسیله ی باکتری ها ایجاد می شود. در حالت عادی در ادرار باکتری وجود ندارد. باکتری هایی که باعث عفونت ادراری میشوند بیشتر از ناحیه ی دفع مدفوع

به پیشابراه، مثانه و کلیه ها کشیده می شوند. سطح پایین بهداشت و عدم رعایت مناسب اصول بهداشتی، سنگ های ادراری، بیماری دیابت و مصرف مایعات کم زمینه عفونت ادراری را فراهم می آورند. در این صورت پزشک اقدام به تجویز آنتی بیوتیک می کند. در صورتی که پس از گذشت ۴۸ ساعت تب بیمار فروکش نکند، بستری بیمار در بیمارستان لازم است.

تشخیص عفونت ادراری:

- ♦ براساس شرح حال، وجود علائم و معاینات بالینی
- ♦ براساس آزمایش ادرار از نظر بررسی وجود خون، پروتئین، عفونت و بررسی کشت ادرار(بخصوص برای تعیین آنتی بیوتیک موثر و مناسب)
- ♦ سونوگرافی

درمان عفونت ادراری:

- مصرف آنتی بیوتیک (۷ تا ۱۴ روز)

مراقبت پس از ترخیص و پیشگیری از عفونت ادراری:

- در صورتیکه مشکل قلبی یا کلیوی ندارید، در طول روز آب و مایعات فراوان بنوشید. (۸-۱۲ لیوان در روز)