



عفونت ادرای چگونه تشخیص داده می شود؟

عفونت ادرای معمولا برا ساس شرح حال، وجود علائم، معاینات بالینی، وجود عوامل خطر و سابقه قبلی ابتلا به عفونت ادراری است.

ممکن است پزشک برای شما آزمایش ادرار (از نظر بررسی وجود خون، پروتئین، عفونت) و بررسی میکروبی یا همان کشت ادرار (به خصوص برای تعیین آنتی بیوتیک موثر و مناسب) درخواست کند.



۷- هر عاملی که باعث انسداد در دستگاه ادراری شود مثل سنگ های ادراری

۸- بیماریهای مزمن زمینه ای مثل دیابت

۹- ابتلا به عوامل یا بیماریها یا مصرف داروهائی که باعث ضعف، نقص یا سرکوب سیستم ایمنی بدن شود.

۱۰- اختلالاتی که باعث ناتوانی در تخلیه کامل ادرار می شود مثل: بزرگی غده پروستات در آقایان و چسبندگی های رحمی و لگنی در خانم ها

در صورت ابتلا به عفونت ادراری چه علائمی پیدا می کنید؟

درد و سوزش 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 ادرار و شب ادراری، کدر و غیر شفاف شدن یا تغییر رنگ ادرار، بدبو شدن و یا وجود خون در ادرار، احساس سنگینی و فشار در ناحیه لگن و پائین شگم، درد کمر و پهلو و کشاله ران، خارش ناحیه تناسلی یا خروج چرک از مجرای ادراری در آقایان، تب (که می تواند خفیف و یا شدید و همراه با لرز باشد).

در افراد مسن احساس ضعف و خستگی، گیجی و کاهش سطح هوشیاری، می تواند نشانه ابتلا به عفونت ادراری باشد.

دستگاه ادراری شامل کلیه ها، حالب، مثانه و مجرای ادرار است. عفونت ادراری یکی از شایعترین بیماریها و شکایات مراجعه کنندگان به اورژانس ها و پزشکان و هم چنین شایعترین اختلال سیستم ادراری است و به معنای وجود میکروب در دستگاه ادراری می باشد.

شایعترین علت بروز این بیماری آلودگی با میکروبهای مدفوعی است و به طور کلی در خانمها شایعتر از آقایان می باشد چه عواملی احتمال ابتلا و یا تکرار عفونت ادراری را افزایش می دهد؟

۱- در جنس مونث، در زمان بارداری و یائسگی، در افراد مسن، کسانی که مایعات کمی مصرف می کنند به خصوص در فصول گرم سال بیشتر دیده می شود.

۲- ادرار کردن با فاصله طولانی و عدم دفع ادرار هنگام احساس نیاز به دفع

۳- سطح پائین بهداشت و عدم رعایت مناسب اصول بهداشتی

۴- شستشوی غلط ناحیه تناسلی پس از دفع ادرار و مدفوع

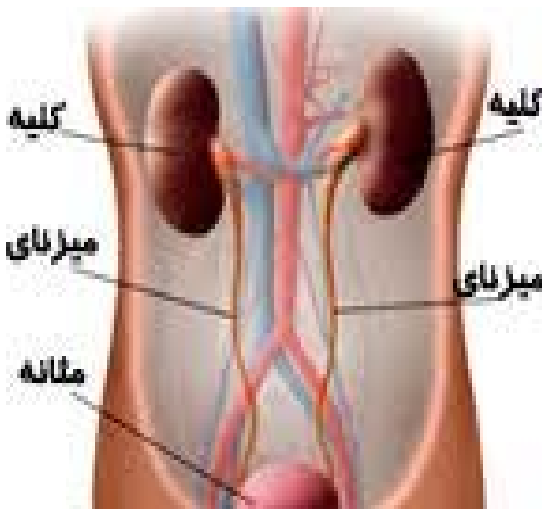
۵- افراد دارای سوند یا لوله های ادراری

۶- اختلالات ساختمانی دستگاه ادراری



عفونت ادراری

(علل، علائم، تشخیص و راههای پیشگیری)



بیمارستان گلدیس شاهین شهر- واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: سیما بشاورد- کارشناس ارشد پرستاری

پائیز ۱۳۹۲- کد پمفلت: AW1-07

منتشر نشود. در صورت بروز علائم عفونت فوراً به متخصص زنان مراجعه کرده و سریعتر آن را درمان کنید.

۴- لباس زیر کاملاً نخی بپوشید و از پوشیدن شلوارهای تنگ و چسبان (به خصوص شلوارهای جین) به مدت طولانی و یا هنگام استراحت خودداری کنید.

۵- رژیم غذایی حاوی فیبر (سرشار از سبزیجات) مصرف کنید تا دچار یبوست نشوید؛ یبوست مانع از تخلیه کامل مثانه می شود. میوه ها و آبمیوه های ترش مثل مرکبات و لیمو ترش میل کنید. اسیدی شدن ادرار شانس ابتلا به عفونت را کاهش می دهد.



۶- ترشح زیاد و خارش مجرای ادرار آقایان در اغلب نشانه عفونت جنسی است. توصیه می شود در اسرع وقت به متخصص کلیه و مجاری ادرار مراجعه کنید.

منبع: دستورالعمل یکپارچه ترخیص از اورژانس- دیتا

سایت بیمارستان: www.goldis.mui.ac.ir

جهت انجام آزمایش، نمونه ادرار را چگونه بگیرید؟

در صورتی که آزمایش ادرار برای شما درخواست شده است برای نمونه گیری صحیح باید ابتدا ناحیه تناسلی را به خوبی و از جلو به عقب بشوئید و به آرامی خشک نمائید. شروع به ادرار کردن نموده و ابتدای ادرار خود را دور بریزید و از وسط جریان ادرار شروع به جمع آوری آن در ظرف آزمایش کنید.

چگونه می توانید از بروز عفونت ادراری پیشگیری کنید؟

۱- روزانه حداقل ۸-۱۰ لیوان آب بنوشید (۶-۸ لیوان در طول روز و ۲-۱ لیوان قبل از خواب). نشانه کافی بودن مصرف آب دفع ادرار شفاف و روشن (بی رنگ یا زرد روشن) و حداقل یک نوبت بیدار شدن برای دفع ادرار در طول شب است.



۲- پس از احساس پر شدن مثانه، ادرار خود را برای مدت طولانی نگه ندارید.

۳- در خانمها توجه شود که شستشوی ناحیه تناسلی باید از سمت جلو به عقب باشد تا آلودگی مدفوعی به مجرای ادرار