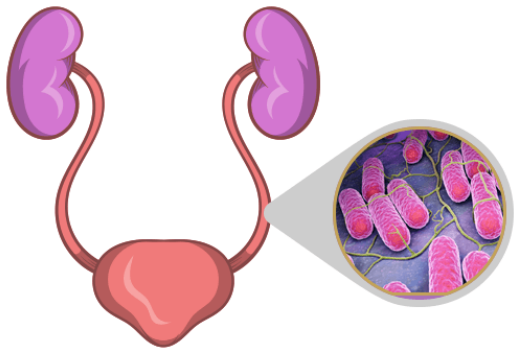
عفونت ادراری یکی از شایع ترین بیماری ها و شکایات مراجعه کنندگان به اورژانس ها و نیز شایع ترین شکایت مرتبط با سیستم ادراری است و به معنای وجود میکروب دردستگاه ادراری می باشد . دستگاه ادراری شامل کل یه ها، مثانه و مجرای ادراری است.شایع ترین علت بروز عفونت ادراری، آلودگی با میکروب های مدفوعی است و در خانم ها ۴ برابرشایع تر از مردان می باشد . عفونت ادراری انواع مختلفی داشته، از بین آنها بروز عفونت مثانه بیشتر است.

عفونت ادراری چگونه اتفاق می افتد:

عفونت مجاری ادراری بوسیله میکروب(باکتری ها) ایجاد می شود.این باکتری ها می توانند باعث عفونت :کلیه(پیلونفریت) مثانه(سیستیت)،پروستات (پروستاتیت) پیشابراه گردند. بطور طبیعی مجرای ادراری عاری از هر باکتری است.باکتری های مسبب ، اغلب ازمقعد و یا واژن به پیشابراه و سپس به کلیه یا مثانه منتشر می شوند.این اختلالات بیشتر درخانم ها به علت کوتاه بودن پیشابراه است که به باکتری ها این اجازه را می دهد که به آسانی به سمت بالا حرکت کنند .بعضی اوقات باکتری ها از قسمت های دیگر بدن به دستگاه ادراری انتشار می یابند.



عوامل خطر برای عفونت مجاری ادراری:

خانم بودن، یائسگی، بیماری های مزمن زمینه ای مثل دیابت، افراد دارای سوند یا لوله های ادراری ، اختلالات ساختمانی ادراری ،مصرف کم مایعات ، افراد مسن ادراری ،عوامل انسدادی دردستگاه ادراری مثل سنگ های ، سطح پایین بهداشت و عدم رعایت مناسب اصول بهداشتی ، بزرگی غده پروستات در آقایان(ناتوانی در تخلیه کامل ادرار) چسبندگی های رحمی و لگنی در خانم ها (اختلال در تخلیه ی کامل ادرار)، ادرار کردن با فاصله ی زیاد و عدم دفع به موقع به هنگام احساس نیاز به دفع، بیماری ها یا مصرف داروهایی که باعث ضعف، نقص یا سرکوب سیستم ایمنی بدن شود. شستشوی غلط ناحیه ی تناسلی پس از دفع ادرار و مدفوع (درخانم ها جهت شستشو باید از سمت جلوبه عقب باشد تا آلودگی مدفوع ی به مجرای ادرار منتشر نشود) و بارداری .

شرایط زمینه ساز:

قرصهای ضد بارداری خوراکی

استفاده بیش از حد از داروهای آنتی بیوتیک

سایش و خراشیدگی و التهاب سطح اندام تناسلی

انتقال بیماری های آمیزشی

بارداری و زایمان

اختلال عملکرد دوره های ماهانه

ضعف سیستم ایمنی بدن

علائم عفونت ادراری شامل :

۱. بد بو شدن ادرار

۲.درد و سوزش هنگام ادرار کردن

۳.کدر شدن ادرار

۴.تکرر ادرار

۵.بی اختیاری ادرار

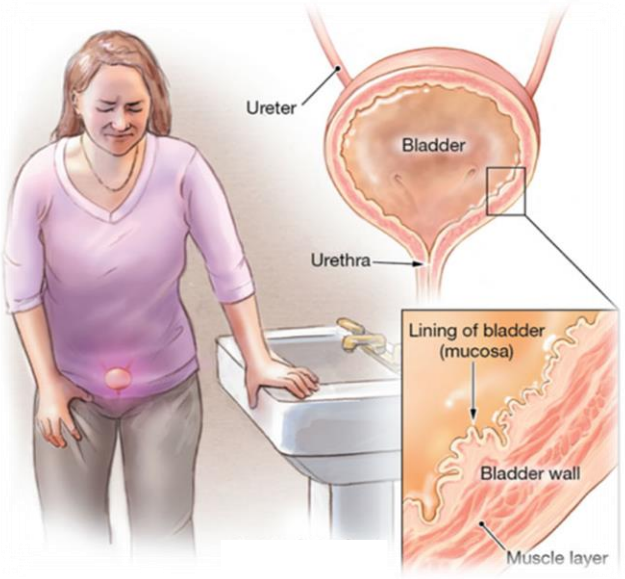
۶.احساس سنگینی در لگن و پایین شکم

۷.قطره قطره ادرار کردن

۸.شب ادراری

۹. احساس فوریت در دغع ادرار

۱۰. ترشح چرکی از مجرا



تشخیص :

تشخیص بر اساس شرح حال، وجود علایم، معاینه بالینی،وجود عوامل خطرو سابقه ی قبلی ابتلا خواهد بود .برای تایید تشخیص و تعیین آنتی بیوتیک مناسب، آزمایش ادرار و کشت میکروبی (البته نه در همه موارد)، آزمایش مجدد ادرار ۲- ۱ هفته پس از پایان درمان جهت اطمینان از برطرف شدن عفونت به ویژه در زنان حامله .

نمونه گیری صحیح ادرار:

۱. ابتدا ناحیه تناسلی را به خوبی و از جلو به عقب بشویید .

۲.محل را خشک نمایید

۳. شروع به ادرار کردن نموده، ابتدای ادرار را دور بریزید

۴. از وسط جریان ادرار به مقدار درخواست شده، ادرار در ظرف آزمایش، جمع آوری کنید.

درمان:

درمان ایده آل برای عفونت دستگاه ادراری استفاده از آنتی بیوتیک است که به شکل موثری باعث از بین رفتن باکتری های موجود در مجاری ادراری می شود. آنتی بیوتیک حتما باید توسط پزشک معالج تجویر شود.. صرف نظر از رژیم دارویی تجویز شده بیمار می بایستی حتی در صورت برطرف شدن علائم تمام دوزهای تجویز شده را مصرف کند.

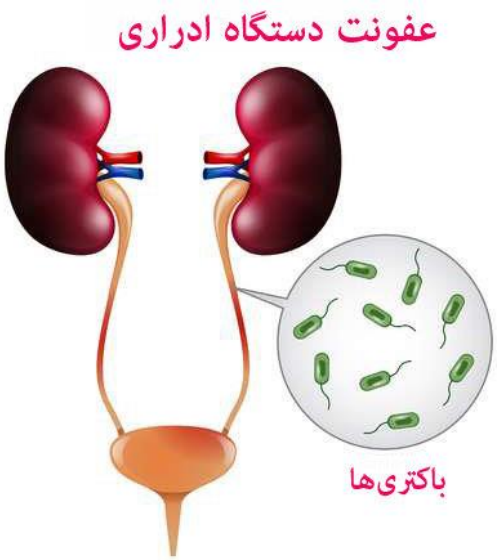
***هشدار!** از مصرف خودسرانه دارو جدا خودداری کنید.

نکات آموزشی:توصیه های بهداشتی و پیشگیری :

۱.مایعات بنوشید. میزان توصیه شده ۶ تا ۸ لیوان در روز ا ست.(افراد با نار سایی کلیه با پز شک خود در این مورد م شورت نمایند) ۲. پس از اجابت مزاج ،شستن خود را از جلو به عقب انجام دهید. این کار عامل بسیار مهمی در پیشگیری از ورود میکروب از مدفوع به دستگاه ادراری می باشد ۳. آنتی بیوتیک تجویزی را دقیقا درزمان معین مصرف کرده، دوره درمان را کامل کنید۴. دوره درمان بر اساس نظر پزشک معمولا ۷-۳ روز ودر موارد شدید ۱۴ -۱۰ ادامه می یابد ۵. ا ستراحت کافی دا شته باشید ۶. میوه و آب میوه ترش و حاوی ویتامین ث مثل مرکبات و آب پرتقال بیشتر مصرف کنید .مصرف ذغال اخته، گیلاس، کدو حلوایی و سایر منابع آنتی اکسیدان،نیز، توصیه شده ا ست ۷. به محض احساس نیاز به دفع ادرار، نسبت به تخلیه آن اقدام کنید. میکروب ها در ادراری که مدت بیشتری در مثانه بماند فرصت رشد و تکثیر پیدا می کنند .۸. مصرف طولانی مدت آنتی بیوتیک در خانم ها گاهی ممکن است باعث تحریک بروز عفونت های قارچی زنانه شود، در صورت بروز خارش شدید و ترشح سفید رنگ در طی مصرف آنتی بیوتیک به پزشک معالج مراجعه نمایید و شخصا اقدام به قطع مصرف دارو نکنید ۹. پس از پایان مقاربت جنسی اقدام به ادرار کردن نمایید تا میکروب های احتمالی از مجاری ادراری خارج شوند .عفونت ادراری در دیابتی ها بیشتر ا ست ;افراد دیابتی نسبت به غیردیابتی ها، بیشتر به عفونت های ادراری بدون علامت مبتلا می شوند، یعنی با اینکه آزمایش کشت ادرارشان مثبت شده نشان می دهد عفونت دارند ولی خود شخص علامت هایی مثل سوزش ادرار، تکرر ادرار، تب و درد در ناحیه پایین شکم ندارد.

هوالشافی

عفونت دستگاه ادراری



دانشگاه علوم پزشکی قزوین

اداره پرستاری