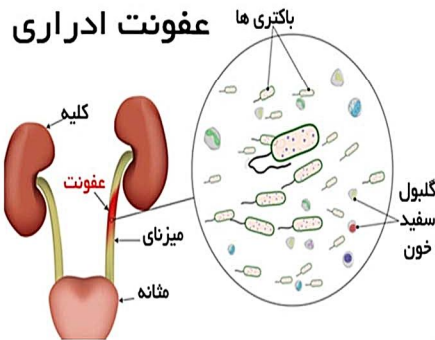


بیمارستان مهرگان
MEHRGAN HOSPITAL



عفونت ادراری (UTI)

عفونت ادراری	عنوان	شناخته شده پمفلت
NO-BK-121	کد پمفلت	
واحد آموزش	تهیه و تنظیم	
اردیبهشت ماه 1401	تاریخ بازنگری	

• زنان باید در طول دوره قاعدگی اقدامات بهداشتی را رعایت کنند تا از بروز عفونت جلوگیری کنند..

• سعی نکنید ادرار را به مدت طولانی نگه دارید.. به هیچ عنوان عجله نکنید و مطمئن شوید که مثانه تان را کاملا تخلیه کرده‌اید.

• به جای حمام‌های طولانی، دوش‌های کوتاه را انتخاب کنید.

• قبل از رابطه جنسی، ناحیه تناسلی تان را به خوبی تمیز کنید.

• با پوشیدن لباس زیر نخی و لباس‌های گشاد، ناحیه تناسلی تان را خشک نگه دارید

عفونت ادراری بیماری ای است که نسبتاً قابل پیشگیری است. برای این که خطر ابتلا به عفونت‌های ادراری را تا حد زیادی کاهش دهید می‌توانید این اقدامات پیشگیرانه را انجام دهید:

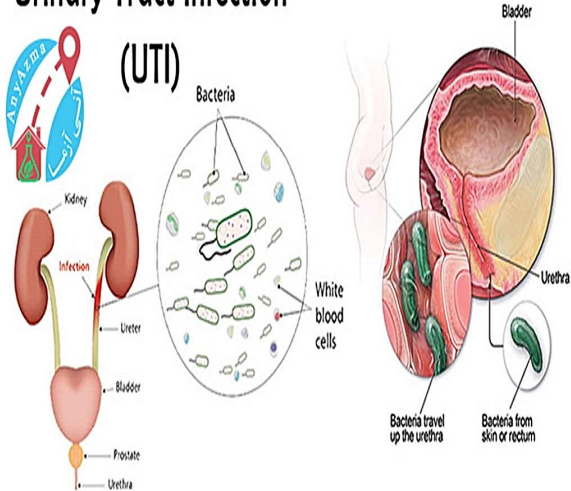
• مایعات (به خصوص آب) زیادی بنوشید. نوشیدن آب به رقیق شدن ادرار کمک می‌کند. توصیه می‌شود روزانه ۶ الی ۸ لیوان آب بنوشید.

• پس از استفاده از توالت، از قسمت جلو به عقب پاک کنید. انجام این کار پس از ادرار و دفع مدفوع، به جلوگیری از منتقل شدن باکتری‌های ناحیه مقعد به واژن و پیشاب‌راه کمک می‌کند.

• بلافاصله پس از برقراری رابطه جنسی مثانه تان را خالی کنید. به علاوه یک لیوان آب بنوشید، زیرا این کار به پاک سازی باکتری‌ها کمک می‌کند.

تب ۳۸ درجه سانتی گراد یا بالاتر
احساس گیجی
اضطراب و پریشانی
بی‌قراری
درد در کمر و پهلوها
لرز
حالت تهوع و استفراغ
پیشگیری

Urinary Tract Infection



علائم عفونت مجاری ادراری

- نیاز مکرر به دفع ادرار
- درد، اذیت شدن یا احساس سوزش هنگام ادرار کردن
- میل ناگهانی و شدید به دفع ادرار
- ادرار کدر همراه با بوی قوی که ممکن است حاوی خون باشد.
- احساس این که مثانه کاملاً خالی نشده است.
- احساس ناخوشی، خستگی و درد

عفونت دستگاه ادراری (UTI)

نوعی از عفونت است که سیستم ادراری را تحت تاثیر قرار می‌دهد. ادرار معمولاً حاوی باکتری (میکروب) نیست. ادرار محصول جانبی سیستم تصفیه بدن (کلیه‌ها) است. زمانی که مواد زائد و آب اضافی توسط کلیه‌ها از خون خارج می‌شوند، ادرار ایجاد می‌شود.

باکتری‌ها می‌توانند از خارج از بدن وارد سیستم ادراری شوند و سبب بروز مشکلاتی نظیر عفونت و التهاب شوند. این وضعیت سبب عفونت دستگاه ادراری می‌شود.