

توصیه های تغذیه ای

- در طول روز مایعات زیاد بنوشید
- روزانه ۸-۶ لیوان آب تصفیه شده مصرف کنید.
- از نوشیدن مایعات شیرین و آب میوه های شیرین شده پرهیز کنید.
- از مصرف قهوه و چای غلیظ و الکل و تنباکو پرهیز کنید.
- از میوه جاتی مثل زغال اخته، گیلاس و سبزیجاتی مانند کدو حلوائی و گوجه فرنگی بیشتر استفاده کنید.



علاوه بر آنتی بیوتیک فنازوپریدین هم ممکن است توسط پزشک تجویز شود.
فنازوپریدین یک نوع مسکن مجاری ادراری است این دارو باعث نارنجی شدن رنگ ادرار می شود.



توجه:

اگر عفونت ادراری درمان نشود ممکن است کلیه ها را درگیر کند و یا در خون منتشر شود.

علائم عفونت ادراری

- شب ادراری
- تکرر ادرار
- احساس فوریت در ادرار
- دفع دردناک یا سوزش ادرار
- احساس درد در ناحیه لگن، پشت یا پهلوها
- تغییر کردن رنگ ادرار
- احساس تب و لرز
- تهوع و استفراغ
- تغییر در حجم ادرار

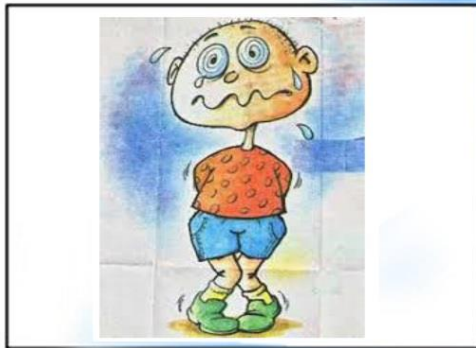
درمان

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 تجویز شود.
از مصرف خودسرانه دارو باید خودداری شود.



بیمارستان شهیدای نجفیان

پمفلت آموزش به بیمار



www.shlenjan.mui.ac.ir
شماره تماس: 03152237326
واحد آموزش به بیمار 2209

کد پمفلت | Sh.L/EP/014/C|
بهار 1403

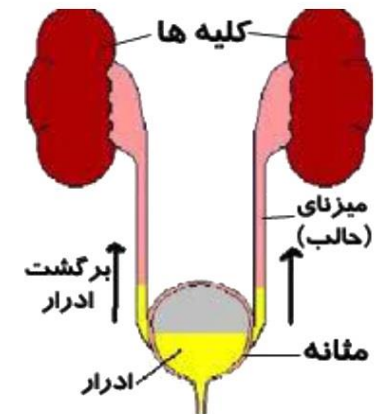
عوامل خطر برای عفونت مجاری ادراری

- انسداد مجاری ادراری: مثل سنگ کلیه
- شرایط مساعد کننده: مثل دیابت یا هر مسئله ای که باعث ضعیف شدن سیستم ایمنی شود.
- ناتوانی در تخلیه کامل مثانه
- التهاب یا سائیدگی مخاط پیشابراه
- زنان یائسه
- زنان باردار
- استفاده بیش از حد از داروهای آنتی بیوتیکی
- قرص های ضد بارداری خوراکی
- اختلال عملکرد دوره های ماهانه
- بارداری وزایمان
- سونداژ

بیمار گرامی ضمن آرزوی سلامتی در این پمفلت آموزش های لازم جهت عفونت دستگاه ادراری داده شده است.

عفونت های دستگاه ادراری در اثر میکروارگانیسم های مجاری ادراری ایجاد می شود که مجاری ادراری که شامل:

کلیه ها حالب ها مثانه پیشابراه



باکتری ها میتوانند باعث :

عفونت کلیه ها ، عفونت مثانه ، عفونت پیشابراه شوند
همه این قسمتها ویا فقط قسمتی از مجاری ادراری می
تواند عفونی شود. عفونت درمان نشده می تواند به خون
منتشر شود و باعث عفونت خون شود.