

## عفونت ادراري

عفونت ادراري، به معنای وجود عفونت در دستگاه ادراری است. شایعترین علت آلودگی با میکروب بوده و درصد شیوع در خانمها بیشتر است.

- ۱) گرفتن تاریخچه‌ی دقیق از علائم ادراري
  - ۲) بررسی درد و تکرر ادرار، فوریت ادراري و تاخیر در دفع ادرار و تغییر در ادرار.
  - ۳- تعیین الگوی طبیعی ادرار برای شناسایی فاکتورهای مستعد کننده بیمار به عفونت
  - ۴) بررسی تخلیه‌ی مکرر مثانه همراه با علائم UTI با رابطه‌ی جنسي، فعالیت‌های ضدبارداري و بهداشت فردي.
  - ۵) بررسی ادرار برای حجم، و سنگ، غلظت، تیرگی و بو.
- تشخیص‌های پرستاري:

- ۱) درد حاد در رابطه با التهاب و عفونت، پیشابراه، مثانه و دیگر ساختارهای دستگاه ادراري
- ۲) کمبود آگاهی در رابطه با فاکتورهای مستعد کننده عفونت و عود، شناسایی و پیشگیری از عود و درمان دارويي.

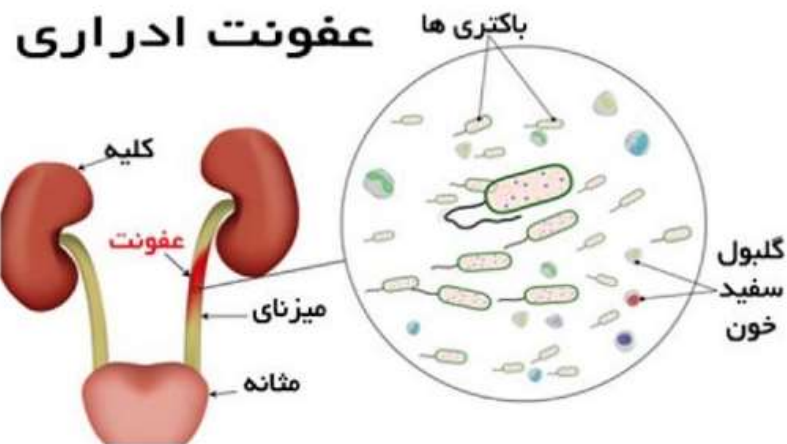
مداخلات پرستاري:

- ۱) استفاده از داروهای ضداسپاسم مهم برای تسکین تحریک‌پذیری و درد مثانه
- ۲) تسکین درد و اسپاسم با ضد دردها و گرمای پرینه (حمام وان آب گرم)
- ۳) تشویق به مصرف مقادیر آزاد مایع (بهترین آب است)
- ۴) آموزش برای اجتناب از محرکات دستگاه ادراري / قهوه، چای، آب مرکبات ادویه و
- ۵) تشویق به ادرار مکرر (هر ۲ تا ۳ ساعت)



آموزش مراقبت از خود در مورد بیماران:

- ۱) آموزش اصل پیشگیری از بازگشت عفونت ادراري، شامل رعایت اصول بهداشت فردي، افزایش مایعات دریافتی بعد رقیق کردن ادرار و افزایش دفعات دفع ادرار، دفع ادرار به طور مکرر و منظم و رعایت رژیم درمانی
- ۲) شستشوی ناحیه‌ی تناسلی از جلو به سمت عقب جهت جلوگیری از انتشار آلودگی مدفوعي به مجرای ادراري در خانمها
- ۳) مصرف آب میوه و میوه‌های ترش که با اسیدی کردن ادرار باعث کاهش عفونت ادراري می‌شود.
- ۴) معرف غلط آنتی‌بیوتیک‌ها باعث مقاوم میکروبها و افزایش احتمال تکرار در عفونت می‌شود. سپس داروهای خود را درست و به موقع استفاده کنید.
- ۵) در صورت بروز علائمی مثل تب و لرز و درد شدید پهلوها و سوزش شدید ادرار - تهوع و استفراغ شدید حتماً به اورژانس مراجعه نمایید.



مداخلات پرستاری:

- ۱) استفاده از داروهای ضداسپاسم مهم برای تسکین تحریک‌پذیری و درد مثانه
- ۲) تسکین درد و اسپاسم با ضد دردها و گرمای پرینه (حمام وان آب گرم)
- ۳) تشویق به مصرف مقادیر آزاد مایع (بهترین آب است)
- ۴) آموزش برای اجتناب از محرکات دستگاه ادراری / قهوه، چای، آب مرکبات ادویه و الکل
- ۵) تشویق به ادرار مکرر (هر ۲ تا ۳ ساعت)



**آموزش مراقبت از خود در مورد بیماران:**

- ۱) آموزش اصل پیشگیری از بازگشت عفونت ادراری، شامل رعایت اصول بهداشت فردی، افزایش مایعات دریافتی بعد رقیق کردن ادرار و افزایش دفعات دفع ادرار، دفع ادرار به طور مکرر و منظم و رعایت رژیم درمانی
- ۲) شستشوی ناحیه‌ی تناسلی از جلو به سمت عقب جهت جلوگیری از انتشار آلودگی مدفوعی به مجرای ادراری در خانم‌ها
- ۳) مصرف آب میوه و میوه‌های ترش که با اسیدی کردن ادرار باعث کاهش عفونت ادراری می‌شود.
- ۴) معرف غلط آنتی‌بیوتیک‌ها باعث مقاوم میکروبها و افزایش احتمال تکرار در عفونت می‌شود. سپس داروهای خود را درست و به موقع استفاده کنید.
- ۵) در صورت بروز علایمی مثل تب و لرز و درد شدید پهلوها و سوزش شدید ادرار - تهوع و استفراغ شدید ، عدم توانایی در خوردن و نوشیدن ، حتماً به اورژانس مراجعه نمایید.
- ۶) لباسهای زیر را از نوع نخی انتخاب کنید و از جوراب و شلوارهایی که قسمت بالایی آن گشاد است استفاده کنید.

- ۷) آنتی بیوتیک‌های تجویز شده را در راس ساعت مقرر و به طور منظم مصرف کنید .
- ۸) دیابت و سایر بیماریها که میتوانند باعث اختلال در سیستم ایمنی بدن شوند، درصد ابتلا به عفونت ادراری را بالا میبرند. بنابراین باید کنترل شوند.
- ۹) در صورت داشتن سوند ادراری قبل و بعد از دست زدن به سوند و کیسه ادرار ، دستهای خود را بشوئید. کیسه ادرار پائین تر از بدن باشد که ادرار به مثانه و کیسه برنگردد.
- ۱۰) دارویی که برای تسکین سوزش ادرار مصرف میکنید ، رنگ ادرار را تغییر میدهد. (فنازوپریدین)

تهیه و تنظیم : تیم آموزش سلامت بیمارستان بهار ۱۴۰۲  
فهرست منابع:

- پرستاری داخلی و جراحی پرونر سودارث
- سایت ویکی پدیا دانشنامه آزاد
- دانشنامه رشد
- [www.ir.Teb.com](http://www.ir.Teb.com)

وبسایت بیمارستان: [Www.alihospital.ir](http://Www.alihospital.ir)