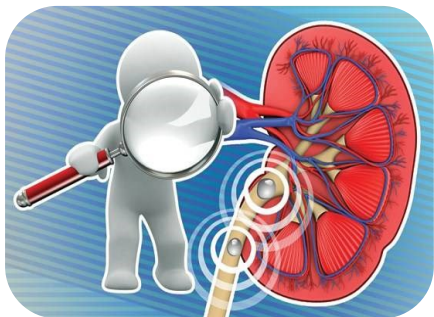




عفونت ادراری در بارداری



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۳۱-۱۰۰۵

شماره بازنگری: ۰۵

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش زنان و مامایی - واحد آموزش سلامت

فعالیت:

- * در صورت اجازه پزشک حداقل ۳۰ دقیقه فعالیت بدنی به مدت ۵ روز در هفته داشته باشید.
- * در صورت داشتن تب استراحت نمایید و پس از برطرف شدن تب فعالیت خود را از سر بگیرید.

توصیه های پس از ترخیص:

- * انجام کشت مکرر ادرار در فواصل معین در طول بارداری
- * کامل کردن دوره درمان با آنتی بیوتیک خوراکی جهت پیشگیری از عفونت (طبق دستور پزشک).
- * رعایت مسائل پیشگیری از عفونت ادراری و عفونت کلیه توصیه شده.

منابع: بارداری و زایمان ویلیامز ۲۰۲۲

<https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>

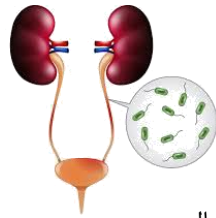
در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)
تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰
وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

توصیه های غذایی در زمان ابتلا به عفونت ادراری:

- * مایعات فراوان بنوشید، روزانه ۸ تا ۶ لیوان آب.
- * مواد غذایی حاوی آنتی اکسیدان و میوه هایی چون زغال اخته-گیلاس، سبزیجاتی مانند کدو حلوائی و گوجه فرنگی را بیشتر مصرف کنید.
- * از مصرف زیاد مواد غذایی تصفیه شده مانند نان سفید-پاستا و به ویژه شکر اجتناب کنید.
- * از مصرف قهوه و سایر محرک ها مانند الکل و تنباکو - چای غلیظ پرهیز نمایید.
- * گوشت قرمز را کمتر استفاده کنید و بیشتر از ماهی ها - سویا و لوبیاها به عنوان منبع پروتئین مصرف کنید.
- * روغن های پخت و پز سالم مثل روغن زیتون یا روغن سبزیجات را مصرف نمایید.
- * از مصرف قهوه و سایر محرک ها مانند الکل - تنباکو و چای غلیظ پرهیز نمایید.
- * ماست و میوه های ترش مزه مانند لیمو مصرف کنید با اسیدی شدن ادرار امکان رشد میکروب کمتر میشود.





انواع عفونت ادراری در بارداری:

- * وجود باکتری در ادرار
- * عفونت مجاری فوقانی یا کلیه
- * عفونت ادراری تحتانی شامل مثانه و حالب

عفونت ادراری چه علائمی دارد؟

به دنبال عفونت ادراری علائم زیر در فرد بروز می نماید

- * درد-ناراحتی-سوزش هنگام دفع ادرار و احتمالا هنگام مقاربت
- * ناراحتی لگن یا درد قسمت تحتانی شکم اغلب در قسمت بالای استخوان
- * افزایش دفعات دفع ادرار و احساس فشار و نیاز به ادرار کردن به طور مکرر
- * ادرار کدر و بد بو
- * وجود خون در ادرار (اغلب با چشم غیر مسلح دیده نمی شود)
- * تب و یا افزایش درجه حرارت
- * در عفونت کلیه بیمار از درد پهلو ها-تب-لرز-تهوع و استفراغ نیز شکایت دارد.

چگونه می توان از عفونت ادراری پیشگیری کرد؟

- * باید احساس دفع ادرار را نادیده نگرفت و سعی شود که هر بار مثانه کاملاً خالی شود.



مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با عفونت ادراری در زمان بارداری و مراقبت های لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه آن قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

علت ابتلا به عفونت ادراری در بارداری چیست؟

در دوران بارداری به دلیل افزایش سطح هورمون پروژسترون عضلات حالب شل شده، رحم در حال رشد بر روی حالب فشار آورده و سرعت جریان ادرار را کند می کند، همچنین فشار جنین روی مثانه باعث می شود که مثانه به طور کامل تخلیه نشود در نتیجه این عوامل احتمال عفونت ادراری بیشتر می شود.

به همین دلیل است که پزشک در همان نوبت اول معاینات دوران بارداری آزمایش ادرار درخواست می کند. اگر این تست اولیه منفی باشد احتمال بروز عفونت ادراری در طول بارداری کم خواهد بود در غیر این صورت باید طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک به مدت ۷ تا ۱۰ روز استفاده شود.



- * بعد از اجابت مزاج موضع از جلو به عقب تمیز شود تا از ورود باکتری های مدفوع به پیشابراه پیشگیری شود.
- * قبل و بعد از مقاربت مثانه تخلیه شود و دستگاه تناسلی با آب و صابون شسته شده و خشک گردد.
- * از دوش واژینال استفاده نشود. لباسهای زیر از نوع نخی انتخاب شود.

عفونت ادراری چگونه درمان می شود؟

بعد از تشخیص قطعی عفونت مثانه آنتی بیوتیک خوراکی به مدت ۷ تا ۱۰ روز شروع می شود. با مصرف آنتی بیوتیک در عرض چند روز علائم برطرف خواهند شد.

بعد از درمان باید آزمایش ادرار را تکرار شود تا مشخص شود که عفونت برطرف شده است. انجام کشت های مکرر ادرار با فواصل معین در تمام دوره بارداری امری الزامی است تا از عدم بازگشت عفونت اطمینان حاصل شود. به منظور پیشگیری از عود عفونت، در صورت تکرار عفونت مثانه، ممکن است آنتی بیوتیک بطور دائم و با یک مقدار پائین تا زمان زایمان تجویز شود.

در صورت بروز عفونت کلیه در دوران بارداری بیمار بستری و آنتی بیوتیک وریدی شروع شده و از نظر علائم زایمان زودرس تحت نظر قرار می گیرد.

