**دانستنی هایی ضروری در باره بیماری عفونت ادراری**

عفونت دستگاه ادراری به معنی عفونت در هر یک از قسمت های دستگاه ادراری از جمله کلیه ها، مجاری ادراری و عفونت مثانه می باشد. اکثر انواع عفونت های ادراری شامل قسمت های پایینی دستگاه ادراری یعنی عفونت مثانه و پیش آبراه می باشند. خطر ابتلا به عفونت ادراری در زنان بیشتر از مردان می باشد. عفونت محدود به مثانه، دردناک و ناراحت کننده است اما اگر این عفونت به کلیه ها برسد، خطرناک و جدی می باشد. آنتی بیوتیک ها درمان اصلی این نوع عفونت هستند اما با رعایت مواردی که در ادامه بیان می گردد ، می توان شدت این بیماری را کاهش داده و یا از ابتلا به آن پیشگیری نمود.

**علائم کلی عفونت دستگاه ادراری**

|  |  |
| --- | --- |
| **عفونت در اجزای دستگاه ادراری** | **علائم و نشانه های آن** |
| عفونت کلیه ها | درد کمر و پهلوها-تب شدید-تب و لرز-تهوع و استفراغ |
| عفونت(التهاب) مثانه | فشار در لگن و زیر شکم، تکرر ادرار، دیده شدن خون در ادرار |
|  عفونت مجرای خروجی مثانه | احساس سوزش هنگام ادرار |

عفونت دستگاه ادراری همیشه همراه با علامت و نشانه نمی باشد اما اگر علامتی داشته باشد، این علائم شامل موارد زیر میشوند:

- احساس نیاز شدید به ادرار کردن - احساس سوزش هنگام ادرار - ادرار پی در پی و کم حجم

- ادرار کدر - ادرار سرخ، صورتی روشن، قهوه ای و یا ادرار به همراه خون - ادرار پر بو - درد لگن در خانم ها/ درد مقعد در آقایان

لازم به ذکر است در افراد مسن و میانسال ممکن است عفونت ادراری با بیماری دیگری اشتباه گرفته شود.

**دلایل عفونت دستگاه ادراری**

عفونت دستگاه ادراری عموما زمانی رخ می دهد که باکتری ها از طریق مجاری ادراری وارد دستگاه ادراری شده و شروع به رشد و حرکت به سمت مثانه می نماید. هرچند که دستگاه ادراری طوری طراحی شده که بتواند این مهاجم های میکروسکوپی را بیرون نگه دارد، اما گاهی اوقات این دفاع جوابگو نمی باشد. در چنین حالتی باکتری های وارد شده قادر به رشد و تکثیر بوده و شروع به آلوده کردن دستگاه ادراری می نمایند. عفونت های ادراری عموما در زنان رخ داده و پیش آبراه و مثانه را تحت تاثیر قرار میدهند.

**عوامل موثر در ابتلا به عفونت دستگاه ادراری**

**-**اختلالات دستگاه ادراری: اختلالات، غیر عادی بودن دستگاه ادراری می تواند باعث ابتلا به عفونت ادراری شود.

- گرفتگی و انسداد در دستگاه ادراری: سنگ کلیه و یا پروستات بزرگ شده باعث حبس ادرار در مثانه و در نتیجه خطر عفونتهای ادراری شود.

- سیستم ایمنی ضعیف: دیابت و سایر بیماریها می توانند باعث اختلال در سیستم ایمنی بدن شده و در نتیجه خطر عفونت های ادراری گردند.

- بعد از دوران یائسگی: عفونت ادراری به ویژه در بانوان شایع تر است. یکی از دلایل کمبود استروژن می باشد.

- استفاده از سوند: کسانی که نمیتوانند ادرار کنند و از سوند برای دفع ادرار استفاده می کنند بیشتر در خطر ابتلا به این عفونت می باشند.

**عوارض عفونت ادراری**

زمانی که عفونت ادراری به موقع و به درستی درمان شود، کمتر باعث این مشکل میشود.اما در صورت درمان نشدن، عفونت دستگاه ادراری باعث مشکلات جدی میشود. عوارض عفونت ادراری شامل موارد زیر است:

- عفونت عود کننده، به خصوص در زنانی که سه بار ویا بیشتر دچار عفونت ادراری شده اند.

- آسیب دیدگی دائمی کلیه که به خصوص در کودکان شایع تر می باشد.

- افزایش احتمال زایمان زودرس و یا تولد نوزادی کم وزن.

**درمان عفونت ادراری**

برای اطلاع و آگاهی بیشتر در این خصوص مراجعه به پزشک متخصص الزامی است. لیکن به طور کلی میتوان بیان داشت:

پزشکان عموما از آنتی بیوتیک ها برای درمان عفونت های ادراری استفاده می نمایند که نوع و مقدار آن بسته به باکتری موجود در ادرار می باشد. عفونت دستگاه ادراری می تواند دردناک باشد اما با رعایت مواردی میشود تا زمانی که آنتی بیوتیک تجویز شده از طرف پزشک، عفونت را از بدن پاک میکند درد عفونت ادراری را کاهش داد. این موارد شامل:

- مصرف مقدار زیادی مایعات: این مورد می تواند برای رقیق کردن ادرار و بیرون ریختن باکتری ها مفید باشد.

- اجتناب از نوشیدنی های ملتهب کننده: اجتناب از مصرف نوشیدنی هایی که باعث التهاب مثانه میشوند همچون قهوه، الکل و نوشیدنی های حاوی اسید و کافئین

- استفاده از پد های گرم: استفاده از پدهای گرم(نه داغ) بر روی شکم باعث کاهش فشار بر روی مثانه می شود.

 **با آرزوی تندرستی شما عزیزان- آزمایشگاه ظریفی**