



آموزش های خودمراقبتی

- *روش های پیشگیری عود عفونت ادراری را رعایت کنید
- *از نگه داشتن طولانی مدت ادرار و اتساع مثانه خودداری کنید.
- *قبل و بعد از توالت دست های خود را بشویید.
- *به خانم ها توصیه می شود که فاصله بین مقعد و مجرای ادرار را از جلو به عقب بشویند و خشک و تمیز نگه دارند.
- *برای جلوگیری از عفونت و یا عفونت مجدد قبل و بعد از آمیزش جنسی ادرار کنید.
- *در صورت ترشح واژن آن را به پزشک خود اطلاع داده و درمان را پیگیری کنید.
- *لباس زیر نخی بپوشید و آن را در آفتاب خشک کنید و یا آن را اتو بکشید.
- *مایعات بیشتری مصرف کنید تا ادرار رقیق شود و سوزش ادراری کاهش یابد.

- *از پوشیدن لباس های زیر نایلونی خودداری کنید
- لباس های گشاد بپوشید و از پوشیدن لباس های چسبناک خودداری کنید.
- *روزانه ۱۰-۱۵ لیوان مایعات رقیق مثل آب ، عصاره آلو، عصاره زغال اخته، آب لیموی شیرین و لیمو شیرین بنوشید.
- *از مصرف نوشیدنی هایی مثل قهوه، چای، نوشابه های گاز دار و الکی خودداری کنید.

- *در صورتی که آنتی بیوتیک مصرف می کنید از مصرف آب گریپ فروت و انگور خودداری کنید زیرا ممکن است با برخی از آنتی بیوتیک ها تداخل داشته باشد.
- ***
- منابع:

کتاب برونر سودارث، ویرایش چهاردهم (۲۰۱۸)

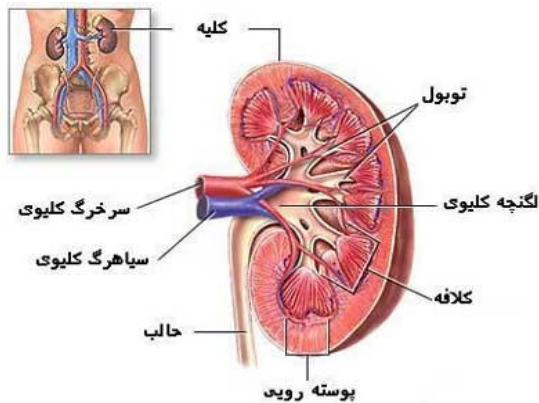
راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل، ۱۳۹۰،

فاطمه علایی و همکاران

به نام خدا

پیلونفریت

گروه هدف: بزرگسالان



آموزش به بیمار بیمارستان لقمان حکیم

ویرایش: آذر ۹۸

روش های درمان

درمان سرپایی، در صورتی که تهوع و استفراغ نداشته و کم آب نشده باشد و حال عمومی بیمار خوب باشد به صورت سرپایی درمان می شود لازم است تمامی دارو ها را طبق دستور پزشک و سر ساعت مصرف کند.

معمولا آنتی بیوتیک ها برای یک دوره دو هفته ای استفاده می شود.

درمان در زمان بستری در بیمارستان

در این صورت آنتی بیوتیک داخل وریدی دریافت می کند و پس از ترخیص در تاریخ معین جهت انجام آزمایش و پیگیری درمان مراجعه می کند. در صورتی که به صورت سرپایی تحت درمان است، تاریخ مراجعه بعدی را از پزشک خود سوال کند.

عوامل زمینه ساز بیماری

عفونت مثانه که کاملا درمان نشده باشد

افتادگی مثانه

بارداری

بزرگی پروستات

سنگ های ادراری و....

علائم و شکایات

تکرر و سوزش ادرار، کاهش حجم ادرار، ادرار با بوی متعفن، وجود خون در ادرار، درد و حساسیت در لمس پهلوها، تب بالا، از دست دادن اشتها، تهوع و استفراغ.

پیلونفریت

پیلونفریت، عفونت باکتریایی یک یا هر دو کلیه را پیلونفریت گویند.

انواع پیلونفریت

پیلونفریت حاد: بیماری به یکباره ایجاد می شود در پیلونفریت شدید اندازه کلیه ها بزرگ می شود و در صورت درمان قابل برگشت است.

پیلونفریت مزمن: در صورت تکرار پیلونفریت حاد و درمان ناقص آن ایجاد می شود و نیاز به درمان طولانی و دقیق و پیگیری بیشتری دارد در غیر این صورت خطر نازسای کلیه را به دنبال دارد.