

تعریف عفونت مثانه یا سیستیت:

الف) عبارتست از عفونت مکرر مثانه یا پیشابراه که به وسیله باکتری ایجاد شود.

ب) در زنان شایع تر از مردان است.

ج) می تواند تبدیل به یک شکل مزمن شود.

فهرست عواملی که خطر سیستیت را افزایش می دهد:

الف) زنان

ب) سن بالا

ج) انسداد

د) بارداری

ه) بهداشت شخصی ضعیف

و) کاتترها

ز) مقاربت جنسی

نشانه ها، اگرچه ممکن است هیچ گونه علامتی موجود

نباشد:

الف) سوزش در حین ادرار

ب) ادرار متناوب کم

ج) کمر درد

د) ادرار کدر

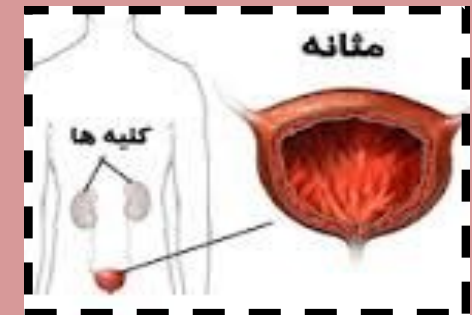
ه) تب

و) تهوع و استفراغ



موضوع:

سیستیت (عفونت مثانه)



تهیه و تنظیم:

واحد آموزش سلامت همگانی بیمارستان امام خمینی (ره) شیروان

پاییز ۱۴۰۱

فهرست راهکارهایی برای پیشگیری یا درمان عفونت

مجرای ادراری:

الف) مکررا ادرار کنید تا اینکه مثانه کاملا تخلیه شود.

ب) ناحیه همیشه از جلو به عقب بشوید.

ج) لباس زیر نخی و گشاد بپوشید

ه) از کاربرد اسپری های زنانه و حمام کف پرهیز کنید.

و) از تاخیر در دفع ادرار پرهیز کنید.

ه) مایعات فراوان بنوشید.

ط) رژیم متعادل مصرف کنید:

۱- گوشت، پنیر، ذرت، آلوها، گوجه و تخم مرغ و تمام حبوبات را بخورید

۲- از نوشیدنی های الکل دار و فلفل پرهیزید.

ی) آنتی بیوتیک ها را به طور کامل مصرف نمایید.

ع) ملاقات های مکرر با پزشک داشته باشید.

عوارض احتمالی:

الف) عفونت های عود کننده

ب) عفونت کلیه یا حالب ها

منابع:

راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل/ مترجم: فاطمه
علایی / تالیف: دانا مایرز

