

## عفونت ادراری (سیستیت)

### در دوران بارداری

عفونتهای دستگاه ادرار در خانم ها ۴ برابر شایع تر از مردان می باشد. شایع ترین عفونتهای باکتریایی در دوران حاملگی می باشند و در زنان باردار پیشگیری و درمان به موقع عفونت های ادراری به ویژه در سه ماهه اول و سوم به دلیل بروز عوارض، بسیار حائز اهمیت است و به طور کلی عفونت های ادراری در سه ماهه ی دوم حاملگی شایعتر است.

همچنین در دوران پس از زایمان نیز عوامل خطر متعددی وجود دارند که زمینه ساز ابتلای زنان به عفونتهای ادراری می گردند که شامل: آسیب ناشی از برش جراحی هنگام زایمان طبیعی، پارگی های دور پیشابراه و یا هماتومهای دیواره ی واژن می باشد.

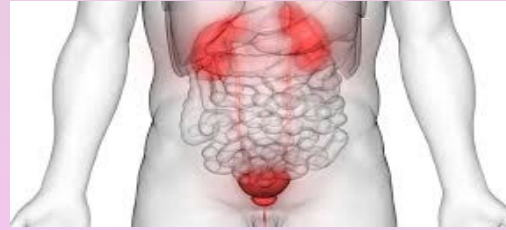
عفونت ادراری در بیش از نیمی از موارد یک طرفه و در سمت راست رخ میدهد و در یک چهارم موارد حالت دو طرفه دارد.

### یافته ی بالینی

- ♦ شروع بسیار ناگهانی تب و لرز
- ♦ درد مداوم در یک یا هر دو پهلو یا درد زیر شکم
- ♦ احتمال بی اشتها، تهوع و استفراغ که منجر به تشدید کاهش آب بدن شوند.
- ♦ دردهای ناشی از انقباض زودرس رحمی

### عوارض عفونت ادراری در دوران بارداری

- ♦ سقط جنین و زایمان زودرس
- ♦ انقباض های زودرس عضلات رحم
- ♦ نارسایی کلیه که منجر به ادم حاد ریه می گردد



### درمان عفونت ادراری در دوران بارداری

بعد از تشخیص بر اساس علائم و جواب آزمایش های مورد نیاز (آزمایش نمونه ادرار و آزمایش فاکتورهای خونی و ...) ، آنتی بیوتیک خوراکی به مدت ۷ تا ۱۰ روز شروع می شود. بسیاری از آنتی بیوتیک ها را میتوان با اطمینان در دوران بارداری مصرف کرد. با مصرف آنتی بیوتیک در عرض چند روز علائم برطرف خواهند شد ولی به هر حال ادامه یک دوره درمان بطور کامل بسیار ضروری است تا دستگاه ادراری از وجود باکتری پاک شود.

در صورت بروز عفونت کلیه در دوران بارداری، بیمار بستری و تزریق آنتی بیوتیک وریدی شروع و از نظر علائم زایمان زودرس تحت نظر قرار می گیرد. پس از درمان آزمایش ادرار باید مرتباً تکرار شود و برای باقی مانده دوران بارداری بیمار باید طبق دستور پزشک با آنتی بیوتیک تحت درمان قرار گیرد.

### مراقبتهای لازم جهت پیشگیری و درمان

- ♦ روزانه سعی کنید ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید (برای جلوگیری از ابتلای مجدد به بیماری)
- ♦ در صورتی که در زمان تزریق آنتی بیوتیک احساس تنگی نفس و خارش داشتند و یا دانه های قرمز پوستی مشاهده کردید پرستار خود را در جریان قرار دهید.

♦ غذاهای سرشار از ویتامین ث مانند مرکبات، بروکلی، فلفل، سیب زمینی، گوجه ، کیوی و توت فرنگی مصرف کنید.

♦ از نوشیدن کافئین و الکل در طول دوران عفونت خودداری کنید.

♦ لباس های زیر را به طور مرتب عوض کنید، از پوشیدن لباس زیر تنگ و نایلونی که منجر به افزایش رطوبت و گرما در ناحیه تناسلی می شود و زمینه را برای رشد میکروب فراهم می کند اجتناب کنید.



♦ در هنگام وجود عفونت ادراری نزدیکی نکنید. یا در حین برقراری رابطه جنسی از روش های پیشگیری کننده مانند کاندوم برای کاهش شیوع عفونت های مقاربتی استفاده کنید.

♦ پیش از مقاربت جنسی و بعد از آن ادرار کنید و دستگاه تناسلی را با آب و صابون ملایم بشوئید. از اسپری یا عطر در ناحیه تناسلی خود استفاده نکنید.

♦ به طور مکرر و به خصوص قبل و بعد از برقراری رابطه جنسی مثانه خود را خالی کنید.

♦ بعد از رفتن به حمام و پس از هر بار اجابت مزاج خود را به طور کامل خشک کنید.

♦ از صابون و شوینده هایی که ممکن است باعث تحریک ناحیه تناسلی شوند، استفاده نکنید.



## عفونت ادراری در دوران بارداری

مجتمع آموزشی درمانی پژوهشی خورشید واحد

آموزش سلامت همگانی و بیمار

۳۲۲۲۲۱۲۷ - ۲۶۵۱ ۰۵۱

[nour.mui.ac.ir](http://nour.mui.ac.ir)

تهیه کننده:

مریم رحیمی

تأیید کننده:

دکتر امیر بهنام فر

(متخصص ارولوژی / فوق تخصص انکولوژی)

تنظیم کننده:

سوپروایزر آموزش سلامت همگانی / سوپروایزر

آموزشی

کد پمفلت: BR/PR/020

سال ۱۳۹۹

♦ ممکن است در طی ماههای آخر بارداری بر اثر سرفه و خنده و یا خم شدن به طرف پایین مقدار کمی ادرار خارج شود که با داشتن چنین حالتی به طور مکرر مثانه خود را خالی کنید

♦ از بلند کردن اشیاء سنگین خوداری نمائید.

♦ به منظور تقویت مثانه به طور مکرر ورزش عضلات کف لگن نمایید. از پزشک یا پرستار ورزش های لگن را یاد بگیرید.

♦ در صورت وجود تب استراحت کنید و بعد از بر طرف شدن تب باز می توانید فعالیت خود را آغاز کنید.

### ♦ زمان مراجعه بعدی:

♦ در صورت عدم برطرف شدن علائم عفونت ادراری

♦ در فواصل منظم و مشخص شده توسط پزشک و جهت

ادامه درمان

منبع:

جلد سوم بارداری و زایمان ویلیامز فصل ۴۸ ویرایش

۲۰۱۸

برونر و سودارت ۲۰۱۸

[www.up to date.com](http://www.up to date.com)

♦ بعد از اجابت مزاج موضع را از جلو به عقب تمیز کنید تا از ورود باکتری های مدفوع به پیشابراه پیشگیری شود.

♦ رعایت بهداشت فردی مانند شستن دست ها و ... مهمترین اقدام جهت پیشگیری از انتشار این بیماری هاست. این کار باید قبل از آماده سازی مواد غذایی، صرف غذا، بعد از رفتن به دستشویی و لمس وسایل شخصی صورت گیرد.

♦ بیش از ۳۰ دقیقه در حمام یا وان ننماید.

♦ حتماً قبل از خوابیدن به دستشویی بروید..

♦ داروهای تجویز شده توسط پزشک را بطور منظم و سر وقت



مصرف شود. از مصرف خودسرانه سایر داروها خودداری کنید.

♦ در زمان احساس دفع ادرار سریع مثانه را تخلیه کنید. به منظور تخلیه کامل ادرار از مثانه بهتر است که در هنگام ادرار کردن، به سمت جلو خم شوید.

♦ در دوران بارداری از دوش واژینال استفاده نکنید.

♦ در زمان احساس دفع ادرار سریع مثانه را تخلیه نمایید.