

# عفونت ادراری در بارداری



تهیه و تنظیم :

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان شهید عارفیان ارومیه

سال ۱۴۰۱

- بعد از اجابت مزاج موضع را از جلو به عقب تمیز کنید تا از ورود باکتری های مدفوع به پیشابراه پیشگیری شود.
- پیش از مقاربت جنسی و بعد از آن ادرار کنید و دستگاه تناسلی را با آب و صابون ملایم بشوئید.
- عصاره شاتوت بنوشید. مطالعات نشان داده اند که آب عصاره شاتوت میزان باکتریها را کاهش داده و از جایگزینی باکتری های جدید در دستگاه ادراری پیشگیری می کند. (هرچند نوشیدن عصاره شاتوت عفونت ادراری را درمان نخواهد کرد و دقت کنید که اگر دارای علائم عفونت ادراری هستید باید به پزشک مراجعه کنید و آنتی بیوتیک دریافت کنید)
- از فرآورده های بهداشتی مخصوص دستگاه تناسلی (اسپری یا پودر) و صابون های قوی خودداری کنید زیرا پیشابراه و دستگاه تناسلی را تحریک می کند و محیط کشت مناسبی برای رشد باکتریها خواهد بود. در دوران بارداری از دوش واژینال استفاده نکنید.
- لباس های زیر خود را از نوع نخی انتخاب کنید و از جوراب شلواری هایی که قسمت بالای آن نخی است استفاده کنید.

منبع : ویلیامز - بروئر

در صورت تکرار عفونت مثانه، ممکن است آنتی بیوتیک بطور دائم و با یک دوز پائین تا زمان زایمان تجویز شود.

## در صورت بروز عفونت کلیه در دوران بارداری

شما باید بستری شوید و آنتی بیوتیک وریدی دریافت کنید و از نظر علائم زایمان زودرس تحت نظر باشید.

پس از درمان باید مرتباً آزمایش ادرار را تکرار کنید و برای باقی مانده دوران بارداری تحت درمان با آنتی بیوتیک قرار بگیرید زیرا شما همواره در معرض خطر عود عفونت کلیه خواهید بود.

## چگونه میتوان از عفونت ادراری پیشگیری کرد؟

برای پیشگیری از عفونت ادراری میتوانید اقدامات زیر را بکار بندید

- مقدار زیادی آب بنوشید. روزانه حداقل ۸ لیوان با گنجایش ۲۴۰ سی سی آب بنوشید.
- هیچگاه احساس دفع ادرار را نادیده نگیرید و سعی کنید هر بار مثانه را کاملاً خالی کنید.

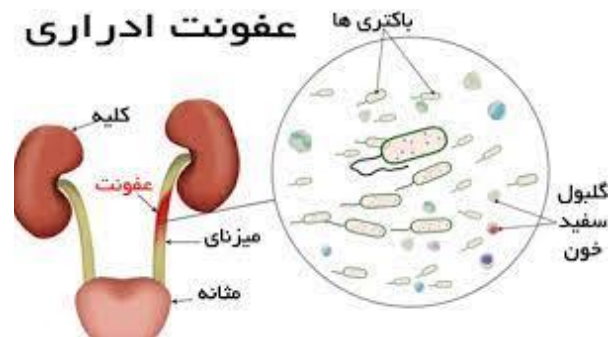
بارداری احتمال ابتلا به عفونت هر یک از بخش های دستگاه ادراری را بالا می برد. مقادیر زیاد هورمون پروژسترون موجب شل شدن عضلات حالب و در نتیجه گشادتر شدن حالب می شود. رحم در حال رشد می تواند به حالب ها فشار وارد آورد و جریان ادرار را در داخل آنها با اختلال مواجه کرده سرعت آنها کند سازد. رشد جنین موجب فشار بر روی مثانه می شود. در نتیجه تخلیه آن هنگام دفع کامل نخواهد بود. نتیجه نهایی این اختلالات آن خواهد بود که عبور ادرار در مسیر دستگاه ادراری بیشتر طول می کشد و باکتریها قبل از خروج از بدن ، زمان بیشتری برای تکثیر در اختیار خواهند داشت. به همین دلیل است که پزشک در همان اولین نوبت معاینات دوران بارداری آزمایش ادرار درخواست می کند، خواه شما علائم عفونت ادراری داشته باشید یا خیر. اگر این تست اولیه منفی باشد احتمال بروز عفونت ادراری در طول دوران بارداری پائین خواهد بود. ولی اگر شما یکی از گروه ۵ تا ۷٪ خانم هایی باشید که باکتری در ادرارشان یافت می شود، باید برای برطرف کردن آن از آنتی بیوتیک استفاده کنید. اگر این نوع عفونت باکتریائی درمان نشود احتمال بروز عفونت کلیه در دوران بارداری ۳۰٪ است.

## علائم عفونت کلیه چیست؟

علائم انتشار عفونت به کلیه ها و اینکه شما نیازمند مراقبت های فوری پزشکی هستید عبارتند از:

۱. تب شدید، اغلب همراه لرز و تعریق
۲. درد در قسمت تحتانی پشت یا پهلو درست زیر دنده ها که ممکن است یکطرفه یا دوطرفه باشد و احتمالاً درد شکم
۳. تهوع و استفراغ
۴. وجود چرک و خون در ادرار (ممکن است با چشم غیرمسلح دیده نشود)

علائم سیستیت نیز ممکن است در عفونت کلیه دیده شود. عفونت کلیه یکی از خطرناکترین عوارض دوران بارداری است و ممکن است به زایمان زودرس یا سایر اختلالات بیانجامد؛ بنابراین شما باید فوراً توسط پزشک ویزیت شده و تحت درمان قرار بگیرید.



## درمان:

اگر شما هنگام بارداری دچار سیستیت شوید و یا در اولین معاینه دوران بارداری باکتری در ادرار شما دیده شود باید به مدت ۷ تا ۱۰ روز آنتی بیوتیک خوراکی دریافت کنید. (بسیاری از آنتی بیوتیک ها را میتوان با اطمینان در دوران بارداری مصرف کرد).

اگر علائم سیستیت دارید، احتمالاً با مصرف آنتی بیوتیک در عرض چند روز این 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.

بعد از درمان باید آزمایش ادرار را تکرار کنید 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.