

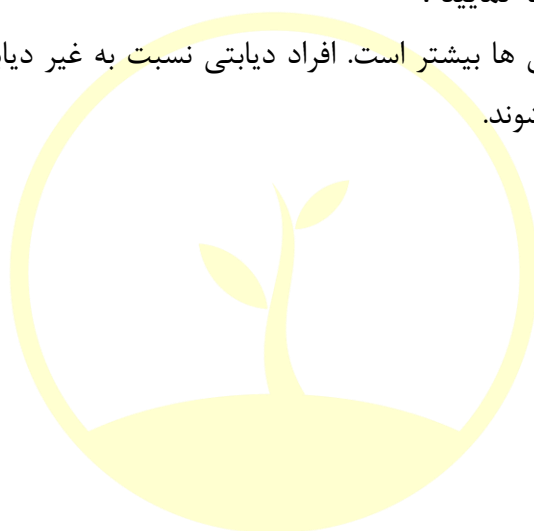


بیمارستان سلامت فردا
SALAMAT FARDA HOSPITAL

خودمراقبتی بیماران با تشخیص عفونت ادراری

- مایعات به ویژه آب زیاد بنوشید. میزان توصیه شده ۶ تا ۸ لیوان در روز است. افراد با نارسایی کلیه با پزشک خود در این مورد مشورت نمایید
- پس از اجابت مزاج شستن خود را از جلو به عقب انجام دهید این کار عامل بسیار مهمی در پیشگیری از ورود میکروب از مدفوع به دستگاه ادراری می باشد .
- داروهای تجویزی را دقیقاً در زمان معین مصرف کرده، دوره ی درمان را کامل کنید .
- دوره ی درمان براساس نظر پزشک معمولاً ۳ روز و در موارد شدید ۷ تا ۱۰ روز ادامه میابد
- استراحت کافی داشته باشید .
- میوه و آب میوه ترش و حاوی ویتامین ث مثل مرکبات و آب پرتقال بیشتر مصرف کنید. مصرف زغال اخته، گیلان، کدو حلوایی و سایر منابع آنتی اکسیدان نیز، توصیه شده است .
- به محض احساس نیاز به دفع ادرار، نسبت به تخلیه آن اقدام کنید .میکروب ها در ادراری که مدت بیشتری در مثانه بماند فرصت رشد و تکثیر پیدا می کنند .
- مصرف طولانی مدت آنتی بیوتیک در خانم ها گاهی ممکن است باعث تحریک بروز عفونت های قارچی زنانه شود، در صورت بروز خارش شدید و ترشح سفید رنگ در طی مصرف آنتی بیوتیک به پزشک مراجعه نمایید و شخصاً اقدام به قطع مصرف دارو نکنید .
- پس از پایان مقاربت جنسی اقدام به ادرار کردن نمایید تا میکروب های احتمالی از مجاری ادراری خارج شوند.
- لباس زیر کاملاً نخی بپوشید و از لباس زیر تنگ و چسبان و شلوار جین استفاده نکنید .
- با رژیم غذایی مناسب از یبوست و ایجاد فشار که موجب تخلیه ناکامل مثانه می شود جلوگیری کنید .

- از آنجا که برخی خانم ها دچار عفونت ادراری بدون علامت هستند، قبل از بارداری در این مورد با پزشک خود مشورت کنید .
- تجویز پماد های زنانه هورمونی توسط متخصص زنان در برخی موارد در خانم های یائسه که مکرراً دچار سوزش و تکرر ادرار می شوند موجب بهبود علائم می شود .
- ترشح زیاد و خارش شدید مجرای ادراری آقایان اغلب نشانه های عفونت های جنسی است و بایستی به متخصص عفونی یا ارولوژیست مراجعه نمایند .
- در صورت وقوع عفونت ادراری مکرر با وجود رعایت موارد فوق الزم است برای بررسی های بیشتر به متخصص ارولوژی مراجعه نمایید .
- عفونت ادراری در دیابتی ها بیشتر است. افراد دیابتی نسبت به غیر دیابتی ها بیشتر به عفونت ادراری بدون علامت مبتلا می شوند.



آدرس : بزرگراه اشرفی اصفهانی ، خیابان ناطق نوری

تلفن بیمارستان : ۰۲۱-۴۹۲۲۹۰۰۰

آدرس سایت : www.salamatfardahospital.com



بیمارستان سلامت فردا
SALAMAT FARDA HOSPITAL