



عفونت مجرای ادراری

ادرار معمولاً فاقد باکتری است. مجاری ادراری زمانی عفونت می کنند که باکتری ها به داخل مثانه راه پیدا می کنند. از جمله شایع ترین انواع عفونت های ادراری، عفونت مثانه است.

دلایل احتمالی ابتلا به عفونت مجاری ادراری:

- مجرای پیشابراه دخترها نسبت به پسرها کوتاهتر است، باکتری ها خیلی راحت تر می توانند به داخل مثانه راه یافته و سبب ایجاد عفونت شوند.
- در پسران ختنه نشده زیر یک سال نیز، ریسک ابتلا به عفونت مجاری ادراری وجود دارد.
- اختلال در عملکرد و ساختار مجاری ادراری مثل مالفورماسیون کلیه یا انسداد مجاری
- ریفلکس و برگشت ادرار از مثانه به حالب و کلیه ها، وزیکویورتال ریفلکس هنگام تولد در ۳۰-۵۰٪ کودکان مبتلا به عفونت مجاری ادراری وجود دارد.
- نگهداری ادرار و مشکلات بهداشتی
- استفاده از صابون و شوینده های سوزش آور
- سابقه فامیلی عفونت ادراری

علائم:

- درد و یا سوزش در حین ادرار کردن
- تکرر ادرار که گاه می تواند سبب شب ادراری در کودکانی شود که قبلاً کنترل ادرار در شب را پیدا کرده اند.
- کم بودن میزان ادرار حتی در زمانی که احساس می کنید مثانه پر شده است.
- بوی بد و تیرگی ادرار
- خون در ادرار
- تب و لرز
- احساس درد در قسمت پایینی کمر یا شکم

درمان:

درمان توسط آنتی بیوتیک صورت می گیرد. نوع آنتی بیوتیک دریافتی و مدت زمان استفاده از آن، به نوع باکتری مولد بیماری و شدت بیماری بستگی دارد. پس از چند روز دریافت آنتی بیوتیک پزشک تست های ادراری را برای تأیید نوع عفونت تکرار می کند. حصول اطمینان از زدایش کامل باکتری ها بسیار مهم است، زیرا احتمال عود مجدد وجود دارد.



توصیه های پس از ترخیص

- کودک را مکرراً تشویق به ادرار کنید تا اینکه مثانه کاملاً تخلیه شود.
- ناحیه پیشاب همیشه از جلو به عقب تمیز شود.
- لباس زیر نخی و گشاد بپوشد.
- اگر فرزندتان را از پوشک گرفته اید به او بگویید به محض احساس ادرار سریع دستشویی برود، حتی اگر سر کلاس است.
- یادتان باشد پوشک فرزندتان را به موقع عوض کنید و در هر بار تعویض بدن فرزندتان را زیر آب حتما بشویید.
- چنانچه ممانعتی وجود ندارد، دو تا سه لیتر مایعات در روز بنوشد.
- استفاده از رژیم غذایی متعادل شامل:
 - ❖ رژیم غذایی ایجاد کننده اسیدپتیه بالا (گوشت، پنیر، ذرت، آلوها، گوجه، تخم مرغ و تمام حبوبات را بخورد).
 - ❖ مصرف ذغال اخته مفید است.
 - ❖ از نوشیدنی های کربن دار و فلفل پرهیز کند.
 - ❖ از مصرف کافئین پرهیز کند.
- آنتی بیوتیک ها را به طور کامل و مطابق دستورالعمل مصرف نماید.
- به طور منظم ورزش کند.
- ملاقات های مکرر با پزشک داشته باشید. امروزه درمان عفونت ادراری دیگر مثل سابق که تنها یک دوره درمانی به کودک داده میشد، نیست بلکه خیلی جدیتر گرفته میشود.

چه زمانی با پزشک تماس بگیریم؟

- ❖ زمانی که کودک تب و لرزی دارد که با درد در ناحیه پشت او همراه است
- ❖ هنگام ادرار ناراحتی یا سوزش دارد
- ❖ تکرر ادرار غیرمعمول یا شب هنگام
- ❖ ادرار بدبو، کدر و خونی
- ❖ درد کمر
- ❖ تب بالای ۳۸٫۳ درجه سانتی گراد



مشاور علمی: آقای دکتر علی مهدوی (متخصص کودکان و نوزادان)

منبع: مایرز، دونا. راهنمای آموزش مددجو برای مراقبت در منزل، ترجمه اعلایی، فاطمه و همکاران. تهران: سالمی: جامه نگر. ۱۳۸۸.