

عفونت ادراری به وجود باکتری در هر

بخش از دستگاه ادراری (کلیه‌ها، مثانه، پیشابراه و در مردان، پروستات) گفته می‌شود. این عفونت یکی از شایع‌ترین علل مراجعه بیماران به مراکز درمانی است و در زنان حدود ۴ برابر مردان بروز می‌یابد.

علل شایع:

- ورود باکتری‌های فلور رودهای (به‌ویژه *Escherichia coli*) از ناحیه مقعد به پیشابراه
- به‌ندرت، انتقال باکتری‌ها از خون یا سایر اندام‌ها

انواع:

- سیستیت (**Cystitis**): التهاب مثانه
- پیلونفریت (**Pyelonephritis**): عفونت کلیه
- اورترایت (**Urethritis**): التهاب پیشابراه
- پروستاتیت (**Prostatitis**): التهاب پروستات در مردان

عوامل خطر:

- خانم بودن و کوتاه بودن پیشابراه
- دوران یائسگی
- مصرف ناکافی مایعات
- دیابت
- وجود سوند یا لوله دائم ادراری
- انسداد مجاری (سنگ، بزرگی پروستات)
- یبوست مزمن یا تخلیه ناقص مثانه
- ضعف سیستم ایمنی
- شستشوی ناصحیح از عقب به جلو
- بارداری

علائم بالینی:

- تکرر ادرار
- سوزش و درد هنگام ادرار کردن
- بوی بد یا کدر شدن ادرار
- فوریت در دفع ادرار
- درد پایین شکم یا لگن
- تب و لرز (در موارد پیلونفریت)
- چرک یا ترشح غیرطبیعی

تشخیص:

- آزمایش ادرار (**Urinalysis**): بررسی وجود گلبول سفید، نیتريت، گلبول قرمز
- کشت ادرار (**Urine Culture**): برای تعیین نوع باکتری و آنتی‌بیوتیک مؤثر
- تصویربرداری: در موارد عود مکرر یا پیچیده (سونوی کلیه و مثانه)

نمونه‌گیری صحیح:

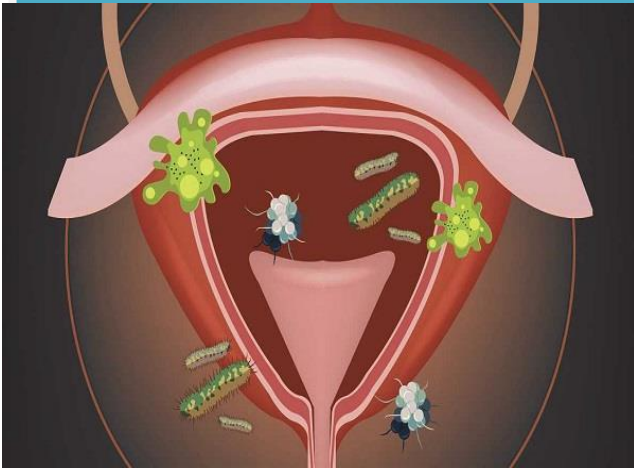
۱. شستشوی ناحیه تناسلی از جلو به عقب
۲. خشک کردن محل
۳. دور ریختن بخش ابتدایی ادرار
۴. جمع‌آوری نمونه از ادرار میانی جریان

درمان:

درمان دارویی بر اساس شدت بیماری و نتایج کشت صورت می‌گیرد. مدت درمان معمولاً ۳ تا ۷ روز است (در عفونت‌های پیچیده تا ۱۴ روز). آنتی‌بیوتیک‌ها باید تا پایان دوره مصرف شوند. در موارد عودکننده، بررسی آناتومیک دستگاه ادراری توصیه می‌شود.



بیمارستان امام هادی(ع)فرشبند



عفونت ادراری

تهیه کننده: حمیده فارسی، زهره کهن سال
تاییدکننده: دکتر دلگرم (متخصص داخلی)

سال تهیه: تابستان ۱۴۰۴

سال بازنگری: تابستان ۱۴۰۸

کد: IM-HED-236-00

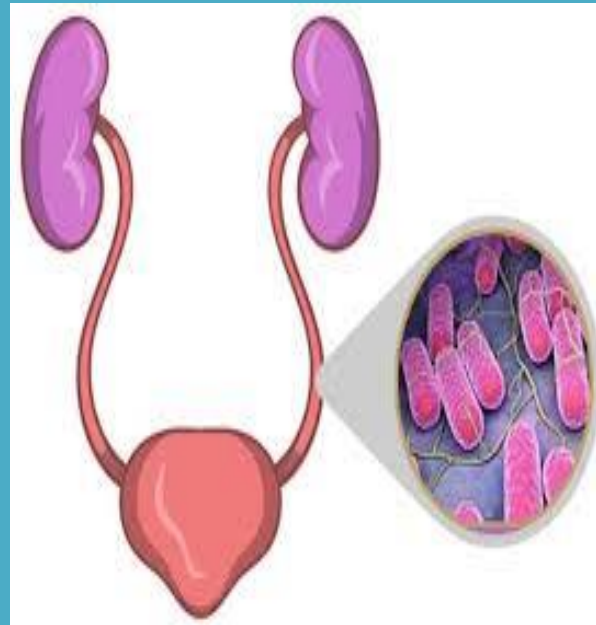
منبع:

- Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing, 15th ed. (2022)
- CDC: Urinary Tract Infection (UTI) Treatment Guidelines, 2024
- UpToDate: Urinary tract infections in adults, latest update 2025
- وزارت بهداشت، دفتر ارتقای سلامت: دستورالعمل آموزش به بیمار - عفونت ادراری.

- افراد دیابتی: احتمال عفونت بدون علامت بیشتر است.
- سالمندان: ممکن است علائم غیراختصاصی مانند گیجی یا بی‌قراری نشان دهند.

پیشگیری

- اجتناب از مصرف بی‌رویه آنتی‌بیوتیک
- حفظ بهداشت فردی
- رژیم غذایی متعادل و مصرف فیبر
- کنترل مناسب قند خون در بیماران دیابتی



مراقبت و توصیه‌های بهداشتی

- نوشیدن ۶ تا ۸ لیوان آب در روز (در بیماران کلیوی با مشورت پزشک)
- تخلیه مثانه بلافاصله پس از احساس نیاز
- اجتناب از نگه داشتن طولانی ادرار
- شستشوی صحیح از جلو به عقب
- استفاده از لباس زیر نخی و گشاد
- ادرار کردن پس از رابطه جنسی
- اجتناب از صابون‌ها یا دوش‌های واژینال محرک
- مصرف میوه‌های حاوی ویتامین C (مرکبات، زغال‌اخته)
- درمان یبوست برای جلوگیری از فشار لگنی

نکات ویژه برای گروه‌های خاص

- زنان باردار: نیاز به بررسی و درمان کامل حتی در صورت بدون علامت بودن.