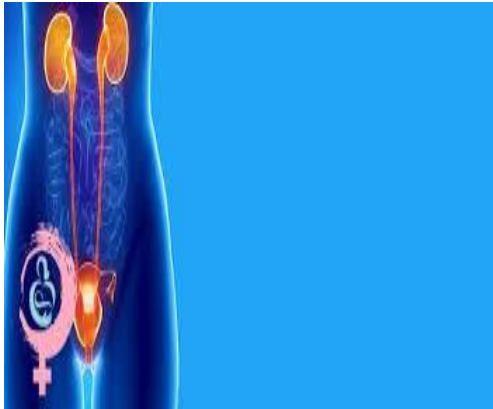


## بیمارستان شفا شهرستان سقز



## عفونت ادراری در بارداری



واحد آموزش بیمارستان شفا  
شهرستان سقز

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.

روش های درمانی متداول:

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 می توان 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. در هر صورت به پزشک مراجعه و در صورت نیاز به بستری، به بیمارستان مراجعه کنید.

مواد غذایی حاوی فیبر ( مثل لوبیا، جو، ریشه سبزیجات مثل سیب زمینی و دانه پسیلیوم) را بیشتر مصرف کنید. از مصرف زیاد مواد غذایی تصفیه شده ( مانند نان سفید، پاستا و به ویژه شکر) اجتناب کنید.

گوشت قرمز را کمتر استفاده کنید و بیشتر از ماهی های آب سرد، سویا و لوبیاها به عنوان منبع پروتئین مصرف کنید.

روغن های پخت و پز سالم ( مثل روغن زیتون یا روغن سبزیجات) مصرف نمایید.



لباس های زیر خود را از نوع نخی انتخاب کنید و از جوراب شلواری هایی که قسمت بالای آن نخی است استفاده کنید.

اصول پیشگیری و مراقبت های اولیه:  
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.

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.



آیا بارداری احتمال ابتلا به عفونت ادراری را  
بالا می‌برد؟

مقادیر زیاد هورمون پروژسترون (که موجب  
شل و گشاد شدن عضلات حالب  
می‌شود)، فشار رحم در حال رشد به حالب ها  
و رشد جنین که موجب فشار بر روی مثانه  
می‌شود باعث اختلال در عبور ادرار در مسیر  
دستگاه ادراری و طول کشیدن خروج ادرار و  
در نتیجه تکثیر باکتریها قبل از خروج از بدن  
مادر باردار می‌شوند

علائم عفونت مثانه (سیستیت) در خانم ها  
متفاوت است و می‌تواند به شکل های زیر  
بروز کند:

۱- درد، ناراحتی و سوزش هنگام دفع  
ادرار (و احتمالاً هنگام مقاربت جنسی)

۲- ناراحتی لگن یا درد قسمت تحتانی  
شکم

۳- افزایش دفعات دفع ادرار و احساس  
فشار و نیاز به ادرار کردن به طور مکرر  
حتی زمانی که میزان ادرار در مثانه  
بسیار کم است.

۴- ادرار بدبو

۵- ادرار کدر

۶- وجود خون در ادرار (اغلب با چشم  
غیر مسلح دیده نمی‌شود)

عفونت ادراری در مادران باردار: اکثر زنان در

دوران بارداری با وجود مراقبتهای بهداشتی که  
انجام می‌دهند به عفونت ادراری مبتلا می‌گردند.

اغلب افراد لفظ عفونت ادراری را به جای لفظ  
عفونت مثانه که نوعی عفونت باکتریائی است که  
در مثانه ایجاد التهاب می‌کند و اغلب با علائمی  
نظیر احساس نیاز به دفع مکرر ادرار و سوزش  
ادراری همراه است، بکار می‌برند. این حالت که  
سیستیت نیز نامیده می‌شود در بین خانم های  
۲۰ تا ۵۰ ساله که از نظر جنسی فعال هستند،  
نسبتاً شایع است.

