

کد: CT-09-34 تاریخ ابلاغ: 1404/11/15 تاریخ بازنگری: 1405/11/15		کارت آموزش پس از ترخیص بیمار عفونت ادراری	 دانشگاه علوم پزشکی سمنان بیمارستان ولایت دامغان واحد آموزش سلامت
1) مایعات به ویژه آب زیاد بنوشید. میزان توصیه شده 6 تا 8 لیوان در روز است (افراد با نارسایی کلیه با پزشک خود در این مورد مشورت نمایید) 2) میوه و آب میوه ترش و حاوی ویتامین ث مثل مرکبات و آب پرتقال بیشتر مصرف کنید. مصرف زغال اخته، گیلاس، کدو حلوایی و سایر منابع آنتی اکسیدان نیز، توصیه شده است 3) با رژیم غذایی مناسب از یبوست و ایجاد فشار که موجب تخلیه ناکامل مثانه می شود جلوگیری کنید			تغذیه
1) داروهای تجویزی را دقیقاً در زمان معین مصرف کرده، دوره ی درمان را کامل کنید . 2) دوره ی درمان براساس نظر پزشک معمولاً 3 روز و در موارد شدید 7 تا 10 روز ادامه م ی یابد			دارو
1) استراحت کافی داشته باشید 2) 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 3) 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. 4) 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. 5) لباس زیر کاملاً نخی بپوشید و از لباس زیر تنگ و چسبان و شلوار جین استفاده نکنید. 6) عفونت ادراری در دیابتی ها بیشتر است. افراد دیابتی نسبت به غیر دیابتی ها بیشتر به عفونت ادراری بدون علامت مبتلا می شوند. یعنی با اینکه آزمایشات کشت ادرارشان مثبت شده (نشان می دهد عفونت دارند) ولی خود شخص علامت هایی مثل سوزش ادرار، تکرر ادرار، تب و درد در ناحیه پایین شکم ندارد.			مراقبت های پزشکی و پرستاری در منزل (فعالیت ها، محدودیتها و روشهای پیشگیرانه)
برای پیگیری جواب آزمایشات پس از تماس و اطمینان از آماده شدن جواب آزمایش به بخش بستری مراجعه نمایید0			اطلاع رسانی و اعلام نتایج تست های پاراکلینیک بیمار
1) از آنجا که برخی خانم ها دچار عفونت ادراری بدون علامت هستند، قبل از بارداری در این مورد با پزشک خود مشورت کنید . 2) 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 3) ترشح زیاد و خارش شدید مجرای ادراری آقایان اغلب نشانه های عفونت های جنسی است و بایستی به متخصص عفونی یا ارولوژیست مراجعه نمایند 4) در صورت وقوع عفونت ادراری مکرر با وجود رعایت موارد فوق الزم است برای بررسی های بیشتر به متخصص ارولوژی مراجعه نمایید			پیگیری های پس از ترخیص و مکان و زمان مراجعه به پزشک
شماره تماس بیمارستان: 02335225120/لی 28 واحد آموزش سلامت: 2073 آدرس سایت بیمارستان: velayathos.semums.ac.ir جهت دسترسی به مطالب آموزشی مربوط به بیماری خود با اسکن بارکد، وارد سایت آموزش به بیمار، بیمارستان ولایت شوید			