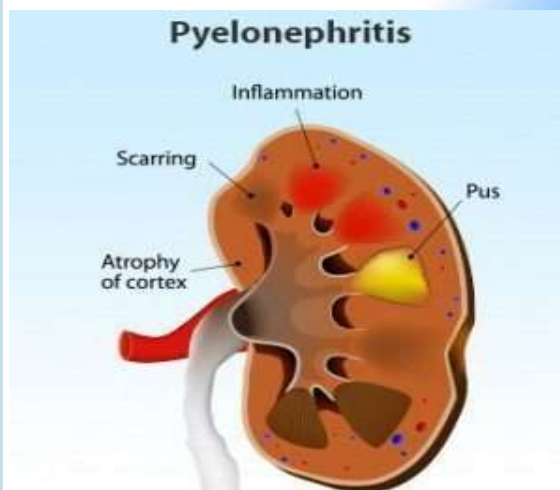




آموزشهای خود مراقبتی در

بیماری پیلونفریت



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با نظارت دکتر عصمت قانع (متخصص کلیه و مجاری ادراری)

بازبینی بهار ۱۴۰۴ - بازبینی مجدد دو سال بعد

- از پوشیدن لباس زیر نایلونی خودداری کنید.
- لباس های گشاد بپوشید و از پوشیدن لباس های چسبناک خودداری کنید.
- روزانه ۱۰-۱۵ لیوان مایعات رقیق مثل آب، عصاره آلو، عصاره زغال اخته، آبلیموی شیرین و لیموترش بنوشید.
- از مصرف نوشیدنی هایی مانند قهوه، چای، نوشابه های کولا، دارو، الکل خودداری کنید.
- در صورتی که آنتی بیوتیک مصرف می کنید از مصرف آب گریپ فروت و انگور خودداری کنید زیرا ممکن است با برخی از آنتی بیوتیک ها تداخل داشته باشد.

منبع: کتاب پرونر و سودارث ۲۰۲۲

آموزش های لازم

- روش های پیشگیری از عود عفونت ادرار را رعایت کنید.
- به طور منظم مثانه خود را تخلیه کنید.
- از نگه داشتن طولانی مدت ادرار و اتساع مثانه خودداری کنید.
- قبل و بعد از توالت دست های خود را بشوئید.
- به خانم ها توصیه می شود که فاصله بین مقعد و مجرای ادرار را از جلو به عقب بشویند. و خشک و تمیز نگه دارند.
- برای جلوگیری از عفونت و یا عفونت مجدد قبل و بعد از آمیزش جنسی ادرار کنید.
- در صورت ترشح واژن (مبهل) آن را به پزشک خود اطلاع داده و درمان را پیگیری کنید.
- لباس زیر نخی بپوشید و آن را در آفتاب خشک کنید و یا آن را اتو بکشید.

پیلونفریت چیست؟

پیلونفریت، عفونت باکتریایی یک یا هر دو کلیه را پیلونفریت گویند.

پیلونفریت چند نوع است؟

پیلونفریت حاد: بیماری به یک باره ایجاد می شود در پیلونفریت شدید اندازه کلیه ها بزرگ شده و در صورت درمان کامل قابل برگشت است.

پیلونفریت مزمن در صورت تکرار پیلونفریت حاد و درمان ناقص آن ایجاد می شود و نیاز به درمان طولانی و دقیق و پیگیری بیشتری دارد در غیر اینصورت خطر نارسایی کلیه را به دنبال دارد.

عامل زمینه ساز بیماری

- عفونت مثانه که کاملاً درمان نشده باشد
- افتادگی مثانه
- بارداری
- بزرگی پروستات
- سنگ های ادراری و ...

علائم و شکایات

تکرر و سوزش ادرار، کاهش حجم ادرار، ادرار کدر با بوی متعفن، وجود خون در ادرار، درد و حساسیت در لمس پهلو ها، تب بالا، لرز تکان دهنده، کسالت، ضعف و خستگی ، از دست دادن اشتها، تهوع و استفراغ.

روش های درمان

درمان سرپایی: در صورتی که تهوع و استفراغ نداشته کم آب نشده باشید و حال عمومی شما خوب باشد به صورت سرپایی درمان می شوید لازم است تمامی داروها را طبق دستور پزشک و سر ساعت مصرف کنید. معمولاً از آنتی بیوتیک ها برای طی دوره دو هفته ای استفاده می شود.

درمان در زمان بستری در بیمارستان: در این صورت آنتی بیوتیک داخل وریدی دریافت می کنید و پس از اینکه علائم بهبودی در شما ظاهر شد و تب نداشتید آنتی بیوتیک خوراکی برای شما شروع خواهد شد.

عوارض بیماری

- ۱- افزایش فشار خون
- ۲- تشکیل سنگ های کلیوی
- ۳- از کار افتادن کلیه ها و نیاز به پیوند کلیه و یا دیالیز دائمی

پیگیری درمان

آنتی بیوتیک خود را ادامه دهید حتی اگر احساس کردید بهتر شده اید. پس از ترخیص در تاریخ معین جهت انجام آزمایش و پیگیری درمان مراجعه نمائید. در صورتی که به صورت سرپایی تحت درمان هستید ، تاریخ مراجعه بعدی را از پزشک خود سؤال کنید.