

- احساس نیاز زیاد به ادرار کردن در فواصل کوتاه به صورت غیرطبیعی



راه های پیشگیری از عفونت ادراری در بارداری

اولین و مهمترین راهکار برای پیشگیری از عفونت ادراری در بارداری نوشیدن به اندازه آب و مایعات است. باید به اندازه ای آب و مایعات بنوشید که ادرار شما بی رنگ یا زرد روشن باشد.

سعی کنید تعداد دفعات ادرار کردنتان زیاد باشد و به صورت مرتب تخلیه ادرار کامل داشته باشید. توجه داشته باشید که در بارداری فشار زیادی به مثانه وارد میشود و حجم آن نیز کاهش پیدا میکند پس با نگر داشتن ادرار فشار اضافه تری به مثانه تان وارد نکنید.

بعد از مدفوع کردن با دقت زیاد خود را شست و شو کرده و از دستمال به نحو درست برای تمیز کردن خود استفاده کنید. به هیچ وجه از عقب به جلو این کار را انجام ندهید.

یکی از مهمترین علت های عفونت ادراری در بارداری تغییر شکل جسمی مادر در آن دوران است. هرچه جنین بزرگتر شود و فضای بیشتری از رحم مادر را اشغال کند به مجاری ادراری و مثانه فشار بیشتری وارد میکند. همین دلیل هم میتواند باعث کندتر شدن سرعت تخلیه ادرار یا حتی انسداد یا گرفتگی مجاری و لوله های ادراری و همچنین عفونت ادراری شدید در بارداری بشود.

در صورتی که چنین اتفاقی در بدن مادر بیفتد و ادرار به موقع تخلیه نشود و مدت زمان بیشتری در بدن باقی بماند باکتری های مضر درون ادرار فرصت بیشتری برای تکثیر و نفوذ به سایر اندام ها و ایجاد عفونت ها و بیماری ها دارند حتی میتواند در نهایت به عفونت کلیه در بارداری نیز منجر شود.

- مهمترین علائم عفونت ادراری در بارداری چیست؟

- ✓ تکرر ادرار
- ✓ احساس درد در نواحی شکمی/زیر شکم/ لگن و کلیه ها
- ✓ ادرار بدرنگ/ کدر/بدبو و خونی
- ✓ سوزش شدید ادرار
- ✓ تب و لرز/استفراغ/حالت تهوع غیرطبیعی

- مهمترین نشانه های عفونت ادراری در بارداری و راه های پیشگیری از آن

بدن ما در حالت عادی دارای انواع مختلفی از میکروب ها و باکتری ها در نقاط مختلف است که این باکتری ها تا زمانی که در جای اصلی و طبیعی خود باشند نه تنها هیچ مشکلی ایجاد نمیکنند بلکه برای فعالیت های طبیعی بدن ضروری هم هستند.

اما مشکل اصلی اینجاست که باکتری ها فقط در جای اصلیشان نمی مانند و اکثر اوقات به نواحی دیگر بدن نیز وارد میشوند و همین عامل هم سبب ایجاد مشکلاتی از جمله انواع عفونت ها در بدن ما میشود.

مجاری ادراری و به طور کلی دستگاه تناسلی یکی از مستعدترین اندام های بدن ما برای ابتلا به عفونت است. جالب است بدانید درصد ابتلا به این بیماری در مواقعی مانند زمان بارداری بسیار بیشتر از سایر اوقات خواهد بود.

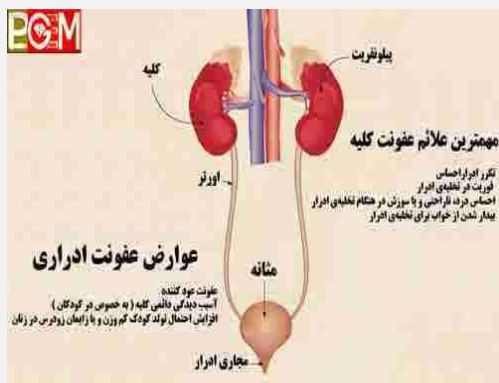
تعداد زیادی از خانم های باردار در طول دوران بارداری خود به این بیماری مبتلا میشوند.

- چرا عفونت ادراری در بارداری بیشتر اتفاق می افتد

## به نام خدا

دانشگاه علوم پزشکی شیراز  
بیمارستان امام موسی کاظم(ع)  
شهرستان زرین دشت

### عفونت ادراری در بارداری



شناسنامه بروشور آموزشی	
عنوان	عفونت ادراری در بارداری
واحد	واحد آموزش سلامت همگانی
تهیه کننده	شکوفه عسکری (کارشناس مامایی)
کد پمفلت	EMKP-IC-007-00
سال تهیه	۱۴۰۲
ناظر کیفی	بیمارستان امام موسی کاظم (ع) زرین دشت دکتر زهرا گودرزی متخصص زنان ش ن : ۱۵۲۳۸۵ همکار پزشکی خانواده - تمام وقت چغرامایان
QR CODE	

ناقص نگذارید. چراکه در این صورت نه تنها عفونت شما درمان نمیشود بلکه ممکن است به قسمت های دیگر نیز منتقل شود.

- چه زمانی لازم است به پزشک مراجعه کنیم؟

ابتلا به عفونت ادراری درمان نشده جنین را در معرض خطر زایمان زودرس قرار میدهد زایمان زودرس عارضه ای است که با وزن کم هنگام تولد زجر تنفسی و حتی عدم تکامل دستگاه عصبی برای جنین همراه بوده که بدون شک عوارض بسیار زیادی راه به همراه خواهد داشت.

سعی کنید تا حد امکان از روش های پیشگیری استفاده کنید تا به این بیماری دچار نشوید اما اگر به هر دلیلی به عفونت ادراری در بارداری مبتلا شدید حتما پیگیری کنید تا کاملا این عفونت درمان شده و از بدن شما خارج شود.

منبع: بارداری وزایمان ویلیامز 2022

آدرس الکترونیک بیمارستان: [zarrinhosp.sums.ac.ir](http://zarrinhosp.sums.ac.ir)

تا حد امکان استفاده از محصولات بهداشتی مانند: ژل های شست و شو/کرم های معطر/اسپری و صابون های معطر و قوی خودداری کنید.

حتما قبل و بعد از رابطه جنسی محل دفع ادرار را به خوبی بشویید وحتما بعد از رابطه جنسی ادرار کنید تا اگر میکروبی وارد واژن شما شده باشد با این کار دفع شود.

- درمان عفونت ادراری در بارداری
- درمان تمام عفونت ها در صورتی که هنوز خیلی پیشرفت نکرده باشد و گسترش نیافته باشند با آنتی بیوتیک های خوراکی و در دوره های کوتاه انجام میشود.

زمانی که پزشک تشخیص دهد که به عفونت ادراری مبتلا شده اید با توجه به شدت عفونت به شما دارو میدهد. فقط توجه داشته باشید که باید داروهای تجویز شده به موقع استفاده کنید تا اثر کند.

معمولا از آنتی بیوتیک برای عفونت ادراری در بارداری استفاده میشود. اگر این سوال برای شما پیش آمده که برای عفونت ادراری در بارداری چه قرصی بخوریم؟ باید بگویم بیشترین تجربه درمان عفونت ادراری با سفکسیم بوده است البته استفاده از این قرص باید حتما به تشخیص پزشک باشد. به هیچ وجه دوره درمان خود را

