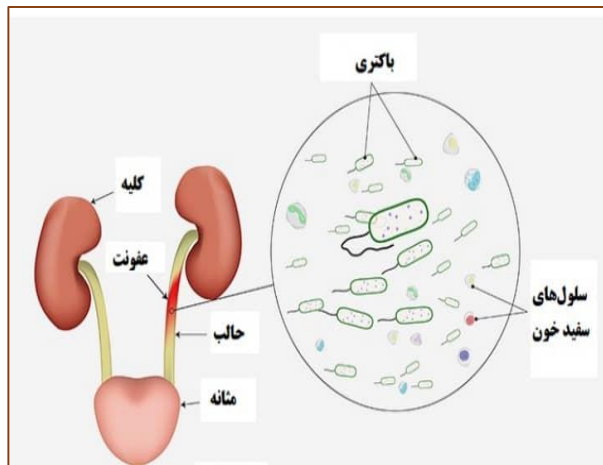


## آیا بارداری احتمال ابتلا به عفونت ادراری را افزایش میدهد؟

بارداری احتمال ابتلا به عفونت هریک از بخش های دستگاه ادراری را بالا می برد، مقادیر زیاد هورمون پروژسترون موجب شل شدن عضلات حالب و در نتیجه گشاد شدن حالب می شود. رحم در حال رشد می تواند به حالب ها فشار آورد و جریان ادرار را در داخل آن ها با اختلال مواجه کرده و سرعت آن را کند سازد. رشد جنین موجب فشار روی مثانه می شود و در نتیجه تخلیه آن هنگام دفع کامل نخواهد بود. نتیجه نهایی این اختلالات آن خواهد بود که عبور ادرار در مسیر دستگاه ادراری بیشتر طول میکشد و باکتری ها قبل از خروج از بدن زمان بیشتری برای تاثیر در اختیار خواهند داشت به همین دلیل است که پزشک در همان اولین معاینات دوران بارداری آزمایش ادرار درخواست می کند.



### مقدمه:

دستگاه ادراری شامل دو کلیه، دو حالب (لوله انتقال ادرار از کلیه ها به مثانه)، مثانه و مجرای خروجی ادرار است.

کلیه ها در پهلوها و سمت پشت قرار دارند. از هر کلیه یک حالب خارج و به مثانه مرتبط می شود.

مثانه عضوی عضلانی است که در جلوی رحم قرار گرفته است. ادرار از داخل مثانه از راه مجرای ادرار خارج می شود. به دلیل کوتاهی مجرای ادراری در زنان و نزدیکی آن با واژن و مقعد احتمال ابتلای آنان به عفونت های ادراری بیشتر است.

### تغییرات دستگاه ادراری در بارداری

حاملگی روی عملکرد و ساختمان دستگاه ادراری تاثیر می گذارد. یکی از تغییرات، گشاد شدن مجاری ادراری است که این امر موجب باقی ماندن ادرار در مجرا می شود و فرد را برای ابتلا به بیماری مستعد می کند.

در اوایل بارداری به دلیل تغییر هورمونی و در اواخر بارداری به علاوه بزرگ شدن رحم و فشار روی مثانه، دفعات ادرار کردن بیشتر می شود که اگر با علائم دیگری مانند سوزش ادرار همراه نباشد طبیعی است.



بیمارستان شهید محمد منتظری نجف آباد

## عفونت ادراری چیست؟



تاریخ تدوین: ۱۴۰۰/۰۵/۰۱  
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۱۰  
تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۱۰  
کد: MH.BR.PE.OBE.۲۷۰  
واحد آموزش به بیمار

## از کجا باید بفهمم که دچار عفونت دستگاه ادراری شده‌ام؟

راه تشخیص بیماری آزمایش تجزیه و کشت ادرار است که به طور معمول دوبار در بارداری (در اولین ملاقات، یکی از هفته های ۶ تا ۱۰ حاملگی و تکرار آن در یکی از هفته های ۲۶ تا ۳۰ حاملگی) انجام می شود. وجود بیش از حد میکروب در ادرار نشانه عفونت است. در برخی افراد با وجود علائمی مانند سوزش ادرار، کشت ادرار منفی است که این زنان حتماً باید توسط پزشک یا ماما بیشتر بررسی شوند.

۲۲

## علائم عفونت ادراری در بارداری چیست؟

عفونت ادراری در مثانه و کلیه دیده می شود.

در عفونت مثانه بیمار از سوزش ادرار، درد هنگام ادرار کردن، درد زیر دل، تکرار ادرار، ادرار تیره رنگ یا بدبو و احساس سریع دفع ادرار به طوری که فرد به محض احساس دفع ادرار نمی تواند از خروج آن به طور ارادی جلوگیری کند شکایت دارد.

در عفونت کلیه، علاوه بر علائم فوق بیمار از درد پهلو، تب، لرز، تهوع، استفراغ نیز شاکی است.

## عفونت ادراری چه تاثیری بر روی جنین من خواهد داشت؟

اگر چنانچه عفونت ادراری درمان نشود ممکن است باعث ایجاد عفونت در کلیه ها شود. عفونت کلیه ممکن است باعث زایمان زودرس و به دنیا آمدن نوزاد با وزن پایین گردد. جهت درمان عفونت کلیه ها نیاز به بستری شدن در بیمارستان وجود دارد بنابراین در صورت بروز هر یک از علائم باید سریعاً مادر به پزشک یا ماما مراجعه کند. اگر پزشک شما عفونت ادراری را سریع و صحیح درمان کند، خطری متوجه جنین شما نمی شود.

## چگونه می توانم از ابتلا به عفونت ادراری پیشگیری کنم؟

نواحیه تناسلی را از جلو به عقب بطور مرتب با آب شسته و با حوله یا دستمال خشک کنید.

به منظور تخلیه کامل ادرار از مثانه ، بهتر است که در هنگام ادرار کردن به طرف جلو خم شوید.

لباس زیر باید از جنس نخی باشد و روزانه تعویض شود. از پوشیدن لباس زیر تنگ و نایلونی که منجر به افزایش رطوبت و گرما در ناحیه تناسلی می شود و زمینه را برای رشد میکروب فراهم می کند اجتناب کنید.

ادرار را به صورت مرتب تخلیه و از نگه داشتن طولانی مدت آن اجتناب کنید.

برخی مادران بدلیل تکرر ادرار در بارداری مصرف مایعات را محدود می کنند ولی این کار نادرست است و روزانه بایستی حداقل ۲ تا ۳ لیتر آب و مایعات (۸ تا ۱۲ لیوان) مصرف شود.

حتماً قبل از خوابیدن ادرار کنید.

قبل و بعد از نزدیکی نیز مثانه خود را خالی کنید.

ماست و میوه های ترش مزه مانند لیمو مصرف کنید. باسیدی شدن ادرار امکان رشد میکروب کمتر می شود.

پس از زایمان نیز لازم است مثانه را بطور مرتب خالی کنید و نوار بهداشتی خود را به طور مرتب عوض کرده و روزانه نیز حمام کنید.

ممکن است خانمی که جهت زایمان طبیعی از برش و بخیه برای وی استفاده شده است (پی زیاتومی) در هنگام ادرار کردن در محل بخیه ها احساس سوزش ادرار و ناراحتی داشته باشد که به تدریج بهبود می یابد ولی اگر پس از زایمان درد زیر دل و سوزش ادرار داشته باشید باید فوراً به پزشک مراجعه نمایید.

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 باکتری ها خواهد بود.