TARGET

Keep Antibiotics Working

ЛЕЧЕНИЕ ИНФЕКЦИЙ МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ (UTI)

Для женщин в возрасте до 65 лет с подозрением на инфекции нижних мочевыводящих путей (UTI) или рецидивами UTI (цистит или уретрит)

NHS

Возможные признаки и симптомы инфекции

Основные признаки/симптомы:
Дизурия: жжение и боль при мочеиспускании
Новый эпизод никтурии: ночные позывы к мочеиспусканию
Мутная моча: видимая мутность при мочеиспускании

Другие признаки/симптомы, на которые следует обратить внимание:
Частота: мочеиспускание чаще обычного
Императивность позывов: ощущение потребности в немедленном мочеиспускании
Гематурия: кровь в моче
Боль в надлобковой области: боль внизу живота

Другие вещи, на которые следует обратить внимание:
Недавняя половая активность
- Воспаление, вызванное половой активностью, может напоминать симптомы UTI
- Некоторые инфекции, передающиеся половым путем (STI), могут иметь симптомы, схожие с симптомами UTI

Изменения в период менопаузы
- Некоторые изменения при наступлении менопаузы могут иметь симптомы, схожие с симптомами UTI

Исход / Рекомендуемое лечение

Небеременные женщины:

☐ **Отсутствие или присутствие одного из симптомов: дизурия, новый эпизод никтурии, мутная моча И/ИЛИ выделения из влагалища**
- Гораздо меньшая вероятность UTI
- Для подтверждения UTI может понадобиться анализ мочи
- Гораздо меньшая вероятность эффективности антибиотиков
- Обычно длится 5–7 дней

→ ☐ **Самолечение и облегчение боли.**
- Симптомы могут исчезнуть сами по себе

☐ **Резервный рецепт на препараты для самолечения и облегчения боли**
Лечение антибиотиками следует начать, если симптомы:
- ухудшаются;
- совсем не улучшаются после самолечения в течение 48 часов.

☐ **Присутствие двух и более симптомов: дизурия, новый эпизод никтурии, мутная моча ИЛИ бактерии в моче И ОТСУТСТВИЕ выделений из влагалища**
- Большая вероятность UTI; антибиотики должны помочь
- Улучшение должно наступить в течение 48 часов
- Симптомы, как правило, проходят в течение 3 дней

→ ☐ **Немедленное** назначение антибиотиков в комбинации с самолечением

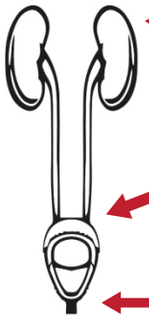
☐ **При легких симптомах резервное назначение антибиотиков** в комбинации с самолечением

Беременные женщины:
Всегда назначается посев мочи

☐ **При подозрении на UTI** → ☐ **Немедленное** назначение антибиотиков в комбинации с самолечением

Типы инфекции мочевыводящих путей

UTI вызывают бактерии, попадающие в уретру или мочевой пузырь (как правило, из кишечника). Инфекции могут возникать в различных отделах мочевыводящих путей.



Почки (вырабатывают мочу)
Инфекция верхних мочевыводящих путей
- Пиелонефрит (пи-е-ла-ниф-рит). Не рассматривается в данной брошюре и всегда требует применения антибиотиков

Мочевой пузырь (накапливает мочу)
Инфекция нижних мочевыводящих путей
- Цистит (цис-тит).

Уретра (выводит мочу из организма)
Инфекция или воспаление в уретре
- Уретрит (у-ри-трит).

Если вы считаете, что у вас может быть коронавирусная инфекция COVID-19, для получения самых актуальных рекомендаций и информации посетите сайт http://www.gov.uk/coronavirus или http://www.nhs.uk

Самолечение для ускорения выздоровления

- Пейте достаточно жидкости, чтобы не чувствовать жажду. Старайтесь выпивать 6–8 стаканов.
- Избегайте чрезмерного употребления алкоголя, газированных напитков или кофеина, которые могут раздражать мочевой пузырь.
- Для облегчения боли регулярно принимайте парацетамол или ибупрофен (при отсутствии побочных эффектов в прошлом).
- В настоящее время отсутствуют данные, свидетельствующие об эффективности препаратов с клюквой или других препаратов для облегчения симптомов цистита в виде напитка.
- Для снижения частоты UTI в будущем обращайте внимание на факторы риска, указанные в столбце «Способы профилактики UTI».

Способы профилактики UTI

Будет полезным обратить внимание на следующие факторы риска:

- **Остановите попадание бактерий из кишечника в мочевой пузырь.** После посещения туалета вытирайтесь, двигаясь спереди от влагалища назад к анальному отверстию.
- **Избегайте длительного удержания мочи в мочевом пузыре.** Идите в туалет сразу после появления позыва к мочеиспусканию.
- Ходите **в туалет после полового акта, чтобы** смыть все бактерии, которые могут находиться вблизи отверстия уретры.
- **Промывайте** наружную часть влагалища водой до и после полового акта, чтобы смыть все бактерии, которые могут находиться вблизи отверстия уретры.
- **Пейте** достаточное количество жидкости, чтобы регулярно ходить в туалет в течение дня, особенно в жаркую погоду.

При рецидиве UTI могут помочь следующие средства:

- **Препараты с клюквой и D-манноза.** Есть ограниченное количество данных, указывающих на то, что эти средства способны помочь предотвратить рецидивы UTI.
- **После менопаузы.** Могут помочь гормональные средства для местного применения, например вагинальные пессарии.
- Можно рассмотреть возможность применения антибиотиков перед сном или после полового акта.

Устойчивость к антибиотикам (резистентность)

Антибиотики могут спасти жизнь. **Однако при симптомах инфекции мочевыводящих путей антибиотики не являются обязательным лечением.**

↓

Антибиотики, принимаемые перорально **по любым показаниям,** воздействуют на нашу кишечную микрофлору, делая некоторые бактерии устойчивыми к их действию.

↓

Это может затруднить лечение UTI в будущем.

↓

Распространенные **побочные эффекты** при применении антибиотиков включают молочницу, сыпь, рвоту и диарею. Если они вызывают у вас беспокойство, обратитесь за медицинской помощью.

↓

Поддерживайте эффективность антибиотиков: принимайте их только по назначению врача. Таким образом, они с большей вероятностью подействуют при UTI в будущем.

Когда следует обратиться за помощью?

Обратитесь к своему терапевту либо семейному врачу или в NHS

Ниже перечислены симптомы, которые являются возможными признаками серьезной инфекции и требуют срочного обследования.

Если вы сомневаетесь касательно тяжести симптомов, обратитесь за консультацией.

1. Озноб и боль в мышцах
2. Спутанность сознания или повышенная сонливость
3. Отсутствие мочеиспускания в течение всего дня
4. Рвота
5. Кровь в моче
6. Температура выше 38 °C или ниже 36 °C
7. Боль в спине прямо под ребрами (в области почек)
8. Ухудшение симптомов
9. Отсутствие улучшения симптомов в течение 48 часов после приема антибиотиков

Сеть TARGET находится под управлением Агентства безопасности здравоохранения Великобритании. Материал подготовлен в сотрудничестве с профессиональными медицинскими организациями.
Версия: 23.5. Дата публикации: октябрь 2017 г. Редакция: октябрь 2021 г. KAW18-07 © Crown copyright 2018.

Keep Antibiotics Working