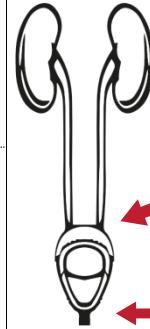


# KUTIBU AMBUKIZO LAKO – AMBUKIZO LA TYUBU YA MKOJO

**Kwa wanawake walio chini ya miaka 65 wanadaiwa kuwa na maambukizi machache ya tyubu ya mkojo au maambukizi yasiyosambaa sana (maambukizi ya mfumo wa mkojo au kuvimba kwa tyubu inayobeba mkojo kutoka kwenye kibofu hadi nje ya mwili)**

Ishara na dalili wezekano za mkojo	Matokeo	Utunzaji unaopendekezwa	Aina ya ambukizo la tyubu ya mkojo
<p><b>Ishara / dalili kuu:</b>  <b>Dysuria:</b> Maumivu makali unapokojoa (kojoa)  <b>Nocturia mpya:</b> Unahitaji kukojoa usiku  <b>Mkojo wenyre rangi:</b> Rangi inaonekana unapokojoa</p> <p><b>Ishara / dalili zingine kali:</b>  <b>Mara ya kutaka kukojoa:</b> Kukojoa mara nyingi kuliko kawaida  <b>Hali dharura:</b> Kuhisi kukojoa kwa haraka  <b>Haematuria:</b> Damu inaonekana kwenye mkojo wako  <b>Maumivu kwenye sehemu ya juu ya kibofu inayomea nywele:</b> Maumivu kwenye sehemu ya chini ya tumbo lako</p> <p><b>Mambo mengine ya kuzingatia:</b>  <b>Historia ya hivi majuzi ya hali ya ngono</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Uvime unaosabishwa na tendo la ngono unaweza kuhisiwa kama dalili ya Maambukizi ya tyubu ya mkojo</li> <li>Maambukizi mengine ya Kingono yanaweza kuwa na dalili zinazofanana na zile za maambukizi ya tyubu ya mkojo</li> </ul> <p><b>Mabadiliko wakati wa hali ya kutokuwepo kwa kipindi cha hedhi kwa miezi kumi na miwili mfululizo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mabadiliko mengine wakati wa hali ya kutokuwepo kwa kipindi cha hedhi kwa miezi kumi na miwili mfululizo yanaweza kuwa na dalili zinazofanana na zile za maambukizi ya tyubu ya mkojo</li> </ul>	<p><b>Wanawake wasiokwu wa jajawazito:</b>  <b>Ikiwa hakuna moja au mojawapo tu wa:</b>  <input type="checkbox"/> dysuria,  <input type="checkbox"/> nocturia mpya, mkojo wenyre rangi; NA / AU kutokwa na unyefunyefu kwenye sehemu za siri</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maambukizi ya tyubu ya mkojo hayapo</li> <li>Unaweza kuhitajika kuchukua kipimo cha mkojo ili upime maambukizi ya tyubu ya mkojo</li> <li>Madawa hayataweza kukusaidia sana</li> <li>Kawaida huchukua siku 5 hadi 7</li> </ul> <p><b>Ikiwa 2 au zaidi ya: dysuria, nocturia mpya, mkojo wenyre rangi; AU bakteria imeonekana kwenye mkojo; NA HAKUNA unyefunyefu unaotoka kwenye sehemu zako za siri</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kuna uwerekano wa maambukizi ya tyubu ya mkojo; madawa yatasaidia</li> <li>Unafaa kuanza kupata nafuu kati ya saa 48</li> <li>Kwa kawaida, dalili huchukua siku 3</li> </ul> <p><b>Wanawake jajawazito:</b> Uliza hali ya mkojo kila wakati</p> <p><input type="checkbox"/> Ikiwa kuna uwerekano wa maambukizi ya tyubu ya mkojo</p>	<p><input type="checkbox"/> Utunzaji wa kibinafs na kuondolewa kwa maumivu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dalili zinawenza kupata nafuu zenyewe</li> </ul> <p><input type="checkbox"/> Hifadhi rudufu au kucheleweshwa kwa dawa ambako kuna utunzaji wa kibinafs na kuondolewa kwa maumivu Anza kumeza dawa ikiwa dalili:       <ul style="list-style-type: none"> <li>Zimekuwa mbaya zaidi</li> <li>Hazipati nafuu kupitia utunzaji wa kibinafs kati ya saa 48</li> </ul> </p> <p><input type="checkbox"/> Kupewa dawa kwa <b>haraka</b> na pia utunzaji wa kibinafs</p> <p><input type="checkbox"/> Ikiwa ni dalili laini, kupewa dawa ukiwa umechelewa au <b>hifadhi rudufu ya dawa</b> na pia utunzaji wa kibinafs</p> <p><input type="checkbox"/> Kupewa dawa kwa <b>haraka</b> na pia utunzaji wa kibinafs</p>	 <p><b>Maambukizi ya tyubu ya mkojo husababishwa na bakteria inayoingia kwenye tyubu ya mkojo au kibofu, mara nyingi kutoka kwenye utumbo. Maambukizi yanaweza kutokea katika sehemu tofauti za tyubu ya mkojo.</b></p> <p><b>Mafigo hutengeneza mkojo</b>        Ambukizo kwenye sehemu ya juu ya njia ya mkojo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kuvimba kwa figo (Pailonfratia). Ambukizo hili halijazungumziwa kwenye kijikaratasi hiki na huihaji kumezwaa kwa madawa kila wakati</li> </ul> <p><b>Mfuko wa mkojo hufadhi mkojo</b>        Ambukizo kwenye sehemu ya chini ya njia ya mkojo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maambukizi ya mfumo wa mkojo.</li> </ul> <p><b>Tyubu ya mkojo (hutoa mkojo mwilini)</b>        Ambukizo au uvime kwenye tyubu ya mkojo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kuvimba kwa tyubu inayobeba mkojo kutoka kwenye kibofu hadi nje ya mwili</li> </ul>

**Ikiwa unadhani una COVID-19, tafadhali tembelea GOV.UK sehemu ya oronavirus na pia NHS ili kupata mwongozo na taarifa za hivi punde.**

Fanya utunzaji wa kibinafs ili ujisaidie kupata nafuu kwa haraka zaidi	JE, NI LINI UNAFAA KUPATA USAIDIZI? Wasiliana na GP practice wako au NHS	Kile unaweza kufanya ili uzuie maambukizi ya mkojo	Kukataa dawa
<ul style="list-style-type: none"> <li>Kunywa maji ya kutosha ili uache kuhisi kiu. Lenga kunywa glesi 6 hadi 8 ikijumuisha maji, vinywaji visiviyokuwa na kafeni wala sukari</li> <li>Meza paracetamol au ibuprofen mara kwa mara ili upunguze maumivu ikiwa hukuathiriwa nazo hapo awali</li> <li>Kwa sasa hakuda ushahidi unaounga mkono matumizi ya bidhaa za cranberry au vipakita vya maambukizi ya mfumo wa mkojo ili kuboresha dalili zako</li> <li>Zingatia sababu za hatari kwenye safu ya 'Chaguo za kusaidia kuzuia maambukizi ya tyubu ya mkojo' ili kupunguza maambukizi ya usoni</li> </ul>	<p><b>Dalili zifuatizo ni ishara wezekano za maambukizi makali na zinafa kuchunguzwa kwa haraka</b></p> <p>Amini vile unavyohisi, uliza ushauri ikiwa huna uhakika</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Unatetemeka, baridi na maumivu ya misuli</li> <li>Ikiwa unajihisi kuchanganyikiwa au unasinzia sana.</li> <li>Hujakojoa siku nzima</li> <li>Unatapika</li> <li>Unaona damu kwenye mkojo wako</li> <li>Joto iko juu ya 38°C au chini ya 36°C</li> <li>Uko na maumivu ya figo mgongoni mwako chini ya mbavu</li> <li>Dalili zako zinadhoofika</li> <li>Dalili zako hazipati nafuu kati ya saa 48 za kumeza dawa</li> </ol>	<p><b>Inaweza kukusaidie ukizingatia sababu za hatari hizi:</b>  <b>Zuia kuenea kwa bakteria kutoka kwa tumbo lako hadi kwenye mfuko wako wa mkojo:</b> Pangaza sehemu zako za siri kutoka upande wa mbele hadi wa nyuma baada ya kutumia choo.  <b>Epuka kukaa na mkojo.</b> Kojoa punde tu unapohisi kokojoa.  <b>Kojoa baada ya tendo la ngono ili uoshe bakteria yoyote inayoweza kuwa karibu na mlango wa tyubu ya mkojo.</b>  <b>Osha eneo la nje la sehemu zako za siri kwa maji kabla na baada ya tendo la ngono ili uoshe bakteria yoyote inayoweza kuwa katika mlango wa tyubu ya mkojo.</b>        Kunywa maji mengi ili ukojoe mara kwa mara kwa siku, hasa wakati wa joto jingi.</p> <p><b>Ikiwa uko na maambukizi ya tyubu ya mkojo yanayojirudia, yafutayo yanaweza kukusaidia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Bidhaa za cranberry na D-mannose:</b> Kuna ushahidi kiasi wa kusema kwamba bidhaa hizi hufanya kazi na husaidia kuzuia maambukizi yanayojirudia ya tyubu ya mkojo</li> <li><b>Baada ya hali ya kutokuwepo kwa kipindi cha hedhi kwa miezi kumi na miwili mfululizo:</b> Matibabu ya juu ya homoni yanaweza yakakusaidia; kwa mfano, dawa za kupaka sehemu za siri.</li> <li>Kutumia dawa usiku au baada ya tendo la ngono kunaweza kuzingatiwa</li> </ul>	<p>Madawa yanaweza kuokoa maisha. <b>Lakini madawa hayahitajiki kila wakati kwa dalili zinazohusikana na mkojo</b></p> <p>Madawa yanayomezwa, <b>kwa sababu zingine</b>, huathiri bakteria ya utumbo na kusababisha kukataliwa kwa dawa.</p> <p>Kukataliwa kwa dawa humaanisha kwamba madawa <b>hayawezi kuua bakteria hiyo.</b></p> <p><b>Bakteria inayokataa dawa</b> inaweza kubakia kwenye utumbo wako kwa <b>angalau</b> mwaka mmoja baada ya kumeza dawa.</p> <p><b>Madhara</b> ya kawaida yanayotokana na kumeza dawa hujumuisha maambukizi ya mdomo na koo, uvime, kutapika na kuhara. Pata ushauri wa daktari ikiwa unafadhaika.</p> <p><b>Weka madawa tayari;</b> meza wakati mtaalamu wa afya anakushauri umeze. Njia hii inaweza kukabiliana na maambukizi ya usoni.</p>