

Trattamento delle Infezioni del tratto urinario (UTI)



Per le donne di età inferiore ai 65 anni con sospette infezioni del tratto urinario inferiore o infezioni ricorrenti del tratto urinario inferiore (cistite o uretrite)

Possibili segnali e sintomi urinari

Segnali e sintomi principali

- **Disuria:** dolore e bruciore durante la minzione
- **Nuova nicturia:** necessità di urinare durante la notte
- **Urine torbide:** l'urina appare torbida

Ulteriori segnali e sintomi da considerare

- **Frequenza:** minzione più frequente del solito
- **Urgenza:** sensazione di dover urinare immediatamente
- **Ematuria:** presenza di sangue nelle urine
- **Dolore sovrapubico:** dolore nella parte inferiore dell'addome

Altri elementi da considerare

Rapporti sessuali recenti

- Un'infezione causata da rapporti sessuali recenti può presentare sintomi simili a quelli di un'infezione del tratto urinario.
- Alcune infezioni sessualmente trasmissibili (STI) possono presentare sintomi simili a quelli di un'infezione del tratto urinario.

Cambiamenti durante la menopausa

- Alcuni cambiamenti che si verificano durante la menopausa possono presentare sintomi simili a quelli di un'infezione del tratto urinario.

Come prendersi cura di sé per guarire più rapidamente

- Bere abbastanza liquidi per non avere la sensazione di sete. Cercare di bere da 6 a 8 bicchieri al giorno.
- Evitare di consumare troppo alcol, bevande gassate o caffeina, poiché possono irritare la vescica.
- Assumere paracetamolo o ibuprofene come consigliato per alleviare il dolore, se non si sono verificati effetti collaterali in precedenza.
- Prendere in considerazione l'assunzione di capsule di mirtillo rosso o di bustine specifiche per la cistite, poiché alcune donne riferiscono di aver tratto beneficio da questi prodotti. Tuttavia, le prove scientifiche a sostegno della loro efficacia non sono ancora definitive.
- Prendere in considerazione i fattori di rischio riportati nella sezione "Indicazioni per aiutare a prevenire le infezioni del tratto urinario" per ridurre il rischio di future infezioni.

Conclusioni

Se non si è in stato interessante

- **Nel caso in cui non sia presente nessuno dei seguenti sintomi, oppure solo uno, come disuria, nuova nicturia o urine torbide, o se si verificano perdite vaginali (da sole o associate a uno dei sintomi sopra indicati):**
 - Un'infezione del tratto urinario è molto meno probabile
 - Potrebbe essere necessario un esame delle urine per verificare la presenza di un'infezione del tratto urinario
 - Gli antibiotici sono meno efficaci
 - L'infezione durerà solitamente da 5 a 7 giorni.
- **Se si presentano 2 o più dei seguenti sintomi: disuria, nuova nicturia, urine torbide o presenza di batteri nelle urine e assenza di perdite vaginali:**
 - È più probabile che si tratti di un'infezione del tratto urinario e gli antibiotici dovrebbero essere efficaci
 - I sintomi dovrebbero iniziare a migliorare entro 48 ore
 - I sintomi durano solitamente 3 giorni.

Se si è in stato interessante

- **Se si sospetta un'infezione delle vie urinarie, richiedere sempre un esame culturale delle urine.**

Cure consigliate

- **Automedicazione e sollievo dal dolore**
 - I sintomi potrebbero migliorare autonomamente.
- **Prescrizione ritardata o di riserva con automedicazione e sollievo dal dolore**
Iniziare la terapia antibiotica se i sintomi:
 - peggiorano o non migliorano leggermente con le cure auto-somministrate entro 48 ore.
- **Trattamento immediato con antibiotici e automedicazione.**
- **Se i sintomi sono lievi, iniziare un trattamento ritardato o di riserva con antibiotici e automedicazione.**
- **Trattamento immediato con antibiotici e automedicazione.**

Indicazioni per aiutare a prevenire le infezioni del tratto urinario

Potrebbe essere utile considerare i seguenti fattori di rischio.

- Evitare la diffusione dei batteri dall'intestino alla vescica. Dopo aver usato il bagno, pulirsi da davanti (vagina) verso dietro (ano).
- Evitare di aspettare per andare in bagno. Urinare non appena se ne sente il bisogno.
- Dopo un rapporto sessuale, si consiglia di recarsi in bagno per urinare, al fine di eliminare eventuali batteri presenti nell'area prossima all'apertura dell'uretra.
- Lavare la zona vaginale esterna con acqua prima e dopo il rapporto sessuale per eliminare eventuali batteri che potrebbero trovarsi vicino all'apertura dell'uretra.
- Bere abbastanza liquidi per assicurarsi di urinare regolarmente durante il giorno, soprattutto quando fa caldo.

Se si soffre di infezioni ricorrenti del tratto urinario, consultare un medico. Le seguenti informazioni potrebbero essere utili.

- Esistono prove evidenti che dimostrano che il **trattamento ormonale vaginale** può essere utile dopo la menopausa.
- Si potrebbe provare ad assumere **prodotti a base di mirtillo rosso, D-mannosio o probiotici**. Alcune donne li trovano efficaci. Le prove a sostegno del loro utilizzo non sono definitive.

Antibiotico-resistenza

- Gli antibiotici possono salvare la vita, ma non sono sempre necessari per i sintomi urinari.
- L'assunzione di antibiotici può rendere i batteri presenti nel corpo più resistenti. Ciò significa che gli antibiotici potrebbero non funzionare quando se ne ha davvero bisogno.
- Gli effetti collaterali comuni dell'assunzione di antibiotici includono mugugno, eruzioni cutanee, nausea, vomito e diarrea. Se si hanno dei dubbi, consultare il proprio medico.
- Per garantire l'efficacia degli antibiotici, si consiglia di assumerli solo quando consigliati da un medico. In questo modo saranno più efficaci in caso di future infezioni del tratto urinario.

Tipi di infezioni del tratto urinario

Le infezioni del tratto urinario sono causate da batteri che penetrano nell'uretra o nella vescica, solitamente provenienti dall'intestino. Le infezioni possono verificarsi in diverse parti del tratto urinario.

Reni (producono l'urina)

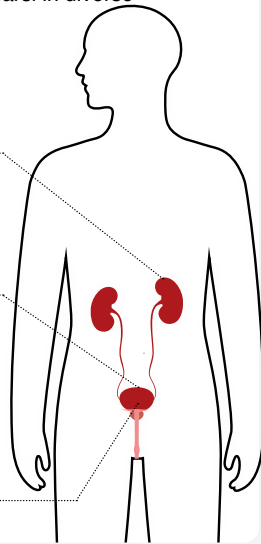
Infezione delle vie urinarie superiori – pielonefrite

Vescica (immagazzina l'urina)

Infezione del tratto urinario inferiore – cistite

Uretra (convoglia l'urina fuori dal corpo)

Infezione o infiammazione dell'uretra – uretrite



Quando è necessario chiedere aiuto?

Contattare il proprio medico di famiglia o il servizio NHS 111

I seguenti sintomi possono essere segni di un'infezione grave e richiedono una valutazione urgente. Se non si è sicuri dell'urgenza dei sintomi, consultare un medico per ulteriori informazioni.

- Brividi, freddo e dolori muscolari.
- Confusione o sonnolenza estrema.
- Nessuna minzione per tutto il giorno.
- Vomito.
- Sangue nelle urine.
- Temperatura corporea superiore a 38 °C o inferiore a 36 °C.
- Dolori renali nella parte bassa della schiena, appena sotto le costole.
- Peggioramento dei sintomi.
- I sintomi non iniziano a migliorare entro 48 ore dall'assunzione degli antibiotici.