



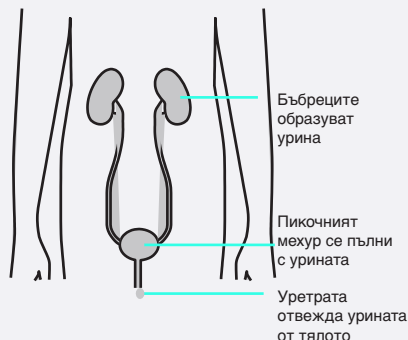
ИНФЕКЦИИ НА ПИКОЧНИТЕ ПЪТИЦА

Брошура за възрастни хора и лица,
които полагат грижи

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА УРОИНФЕКЦИЯТА?

Уроинфекцията се появява, когато бактерии в някоя част на уринарната система причиняват определени симптоми.

Ако в изследването на урината се открият бактерии, но Вие се чувствате добре, не се притеснявайте, това е често срещано явление и обикновено не са необходими антибиотици. Тежките инфекции на урината обаче могат да бъдат животозастрашаващи.



КАКВО МОЖЕТЕ ДА НАПРАВИТЕ, ЗА ДА ПРЕДОТВРАТИТЕ УРОИНФЕКЦИЯ?

Пиете ли достатъчно течности? Вижте цвета на урината си.



← Пийте повече течности →



- Пийте достатъчно течности (6—8 чаши), за да отделяте редовно светла урина през деня и да не изпитвате жажда, особено в горещо време
- Избягвайте да пиете твърде много газирани напитки или алкохол
- Няма доказана полза от продуктите от червена боровинка или сашетата за цистит
- Предотвратяване на запек; при необходимост потърсете съвет
- Поддържане на добър контрол на диабета

Спрете разпространението на бактерии от червата към пикочния мехур:

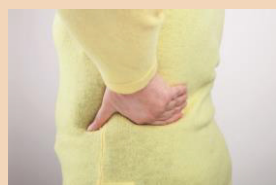
- Избършете гениталиите отпред назад след като ходите до тоалетна.
- Сменяйте превръзките и почиствайте гениталиите, ако са замърсени
- Поддържайте гениталната област чиста и суха; избягвайте ароматизирани сапуни
- Измивайте гениталната област с вода преди и след секс

Посъветвайте се с фармацевта си за посещение при личен лекар или за друго лечение.

ЗА КАКВИ ПРИЗНАЦИ И СИМПТОМИ ТРЯБВА ДА СЛЕДИТЕ?

Обърнете внимание на тези симптоми, ако имате уринарен катетър:

- Втрисане или треперене
- Висока или ниска температура
- Болка в бъбреците в гърба, точно под ребрата



Нови или влошаващи се признаци на уроинфекция при всички хора:

- Болка или парене при уриниране
- Висока или ниска температура (също признак за COVID-19 — вж. по-долу)
- Втрисане или треперене
- Спешност (усещане за необходимост от незабавно уриниране)
- Болка в долната част на корема над срамната област
- Инконтиненция (изпускане по-често от обикновено)
- Уриниране по-често от обикновено
- Мътна урина или видима кръв в урината
- Объркване, промяна в поведението или нестабилност на краката

РАЗГЛЕДАЙТЕ ДРУГИ АСПЕКТИ, КОИТО СЪЩО МОГАТ ДА ПРЕДИЗВИКАТ ОБЪРКВАНЕ

- Болка
- Запек
- Лош сън
- Лошо настроение
- Неприемане на достатъчно течности
- Странични ефекти на лекарства
- Друга инфекция
- Промяна в ежедневието или в домашната среда
- Лошо хранене

ВИНАГИ ИМАЙТЕ ПРЕДВИД COVID-19

Ако смятате, че може да сте болен(на) от COVID-19, моля, посетете <http://www.gov.uk/coronavirus> или <http://www.nhs.uk> за най-новите насоки и информация

КАКВО МОЖЕТЕ ДА НАПРАВИТЕ, ЗА ДА СЕ ПОЧУВСТВАТЕ ПО-ДОБРЕ?

- Пийте достатъчно течности, така че да отделяте редовно урина през деня, особено в горещо време
- Приемайте парацетамол редовно, до 4 пъти дневно, за да облекчите температурата и болката
- Няма доказана полза от продуктите от червена боровинка или сашетата за цистит
- Ако се притеснявате, че се изпускате, обърнете се към Вашия лекар или медицинска сестра за съвет
- Потърсете съвет от Вашия фармацевт/лице, което полага грижи
- Пийте достатъчно течности, за да не изпитвате жажда и да запазите урината си светла



КАКВО МОЖЕ ДА НАПРАВИ ВАШИЯТ ФАРМАЦЕВТ/МЕДИЦИНСКА СЕСТРА/ЛЕКАР?

- Ако има вероятност симптомите Ви да се подобрят от само себе си, може да получите съвети за самостоятелни грижи и облекчаване на болката
- Да Ви помоли да пиете повече течности
- Да Ви поиска проба от урината
- Може да Ви бъде даден антибиотик, който да приемате, ако симптомите Ви не се подобрят или започнете да се чувствате по-зле



СЪВЕТИ ЗА АНТИБИОТИЦИ

- Антибиотиците могат да бъдат животоспасяващи при сериозни уринарни инфекции, но невинаги са необходими при всички уринарни симптоми
- Антибиотиците правят бактериите в червата Ви резистентни, което ще затрудни лечението на инфекциите на пикочните пътища в бъдеще
- Често срещани странични ефекти от приема на антибиотици са млечница, обриви, повръщане и диария; ако се притеснявате, потърсете съвет
- За да осигурите действието на антибиотиците, ги приемайте само когато Ви посъветва медицинският специалист

КОГА ТРЯБВА ДА ПОТЪРСИТЕ ПОМОЩ?

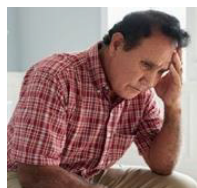
Следните симптоми са възможни признаци на сериозна инфекция и трябва да бъдат оценени спешно

Свържете се с Вашия личен лекар или с NHS 111 (Англия), NHS 24 (Шотландия, наберете 111), NHS direct (Уелс, наберете 0845 4647) или с личния си лекар (Северна Ирландия)

Треперене,
втрисане
и болки
в мускулите



Чувство на силно
объркване,
сънливост или
неясен говор



Не отделяте
урина през
целия ден



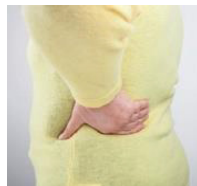
Температурата е над
38 °C* или под 36 °C



Проблеми
с дишането



Болка в бъбреците
в гърба, точно под
ребрата



Видима кръв
във Вашата
урина



Много студена кожа



Симптомите Ви се влошават значително или не започват да се подобряват в рамките на 2 дни след началото на приема на антибиотици.

**Доверете се на инстинктите си и потърсете съвет,
ако не сте сигурен(на) колко спешни са симптомите.**

TARGET се управлява от Агенцията за здравна сигурност на Обединеното кралство.
Разработен в сътрудничество с професионални медицински организации.

Версия: 2.4 Публикувано: октомври 2018 г. Дата на преразглеждане: юни 2021 г.