



ИНФЕКЦИИ МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

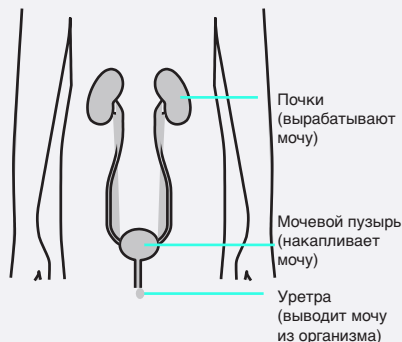
Брошюра для пожилых людей и лиц,
осуществляющих уход

ЧТО ТАКОЕ ИНФЕКЦИЯ МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ?

Инфекция мочевыводящих путей возникает, когда бактерии в любом отделе мочевыделительной системы вызывают симптомы.

Если при анализе мочи были обнаружены бактерии, но в остальном вы чувствуете себя хорошо, не беспокойтесь, это нормальное явление, и антибиотики, как правило, не требуются.

Однако тяжелые инфекции мочевыводящих путей могут быть опасными для жизни.



КАК МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ ИНФЕКЦИЮ МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ?

Вы пьете достаточно жидкости? Посмотрите на цвет своей мочи.



← Пейте больше жидкости →



- Пейте достаточно жидкости (6–8 стаканов или 2 литра), чтобы в течение дня регулярно ходить в туалет (моча должна быть светлой) и не испытывать жажды, особенно в жаркую погоду.
- Избегайте употребления чрезмерного количества газированных напитков или алкоголя.
- Польза препаратов с клюквой или других препаратов для облегчения симптомов цистита в виде напитка не доказана.
- Предпринимайте меры для профилактики запоров. При необходимости обратитесь за консультацией.
- Контролируйте диабет.

Остановите попадание бактерий из кишечника в мочевой пузырь:

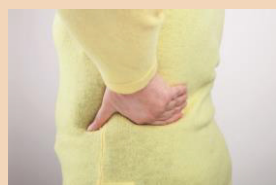
- Вытирайте половые органы после посещения туалета, двигаясь спереди назад.
- Меняйте прокладки и очищайте половые органы, если они загрязнены.
- Поддерживайте чистоту и сухость области половых органов. Не используйте мыло с отдушками.
- Промывайте область половых органов водой до и после полового акта.

Проконсультируйтесь с фармацевтом касательно обращения к терапевту либо семейному врачу или других видов лечения.

НА КАКИЕ ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ СЛЕДУЕТ ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ?

Если у вас установлен катетер мочевого пузыря, обращайтесь внимание на следующие симптомы:

- Озноб или дрожь
- Высокая или низкая температура тела
- Боль в спине прямо под ребрами (в области почек)



Появление новых или ухудшение существующих симптомов инфекции мочевыводящих путей у всех людей:

- Боль или жжение при мочеиспускании
- Высокая или низкая температура тела (также может быть признаком инфекции COVID-19 — см. ниже)
- Озноб или дрожь
- Императивность (потребность в немедленном мочеиспускании)
- Боль внизу живота над лобком
- Недержание мочи (чаще обычного)
- Мочеиспускание чаще обычного
- Мутная моча или видимая кровь в моче
- Спутанность сознания, изменение поведения или шаткость походки

ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ И НА ДРУГИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ, КОТОРЫЕ ТАКЖЕ МОГУТ БЫТЬ СИМПТОМАМИ ДРУГИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

- Боль
- Запор
- Нарушение сна
- Подавленное настроение
- Недостаточное потребление жидкости
- Побочные эффекты препаратов
- Другая инфекция
- Изменение в режиме или обстановке дома
- Неправильное питание

ВСЕГДА УЧИТЫВАЙТЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ПРИСУТСТВИЯ ИНФЕКЦИИ COVID-19

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>.

КАК МОЖНО УЛУЧШИТЬ СВОЕ САМОЧУВСТВИЕ?

- Пейте достаточное количество жидкости, чтобы регулярно ходить в туалет в течение дня, особенно в жаркую погоду.
- Принимайте парацетамол до 4 раз в день для уменьшения лихорадки и боли.
- Польза препаратов с клюквой или других препаратов для облегчения симптомов цистита в виде напитка не доказана.
- Если вас беспокоит проблема недержания мочи, обратитесь за консультацией к врачу или медсестре.
- Проконсультируйтесь с фармацевтом/лицом, осуществляющим уход.
- Пейте достаточно жидкости, чтобы не чувствовать жажду (моча должна быть светлой).



ЧТО МОЖЕТ СДЕЛАТЬ ФАРМАЦЕВТ/МЕДСЕСТРА/ВРАЧ?

- Если ваши симптомы должны исчезнуть сами по себе, вам могут предоставить консультацию по самолечению и обезболивающее.
- Попросят вас пить больше жидкости.
- Возьмут у вас образец мочи.
- Вам могут назначить антибиотик, который можно будет принять при отсутствии улучшения симптомов или при ухудшении состояния.



РЕКОМЕНДАЦИИ КАСАТЕЛЬНО ПРИМЕНЕНИЯ АНТИБИОТИКОВ

- Антибиотики могут спасти жизнь при серьезных инфекциях мочевыводящих путей, но не все симптомы инфекции являются показанием к применению антибиотиков.
- Антибиотики могут сделать бактерии в кишечнике устойчивыми к антибиотикам (резистентными), что затруднит лечение УТИ 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.

КОГДА СЛЕДУЕТ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

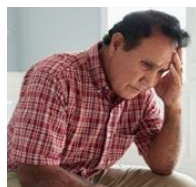
Ниже перечислены симптомы, которые являются возможными признаками серьезной инфекции и требуют срочного обследования.

Обратитесь к своему терапевту либо семейному врачу или в службы NHS 111 (Англия), NHS 24 (Шотландия; позвоните по номеру 111), NHS Direct (Уэльс; позвоните по номеру 0845 4647) или терапевту либо семейному врачу (Северная Ирландия).

Озноб и боль
в мышцах



Сильная спутанность
сознания, повышенная
сонливость или
невнятная речь



Отсутствие
мочеиспускания
в течение
всего дня



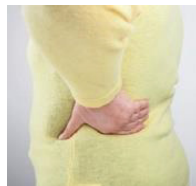
Температура тела выше
38°C* или ниже 36°C



Затрудненное
дыхание



Боль в спине
прямо под ребрами
(в области почек)



Видимая кровь
в моче



Очень холодная кожа



Ухудшение или отсутствие улучшения симптомов
в течение 2 дней после начала приема антибиотиков.

**Прислушайтесь к своему внутреннему голосу:
если вы сомневаетесь касательно тяжести симптомов,
обратитесь за консультацией.**

Сеть TARGET находится под управлением Агентства безопасности здравоохранения Великобритании.

Материал подготовлен в сотрудничестве с профессиональными медицинскими организациями.

Версия: 2.4

Дата публикации: октябрь 2018 г.

Дата редакции: июнь 2021 г.