



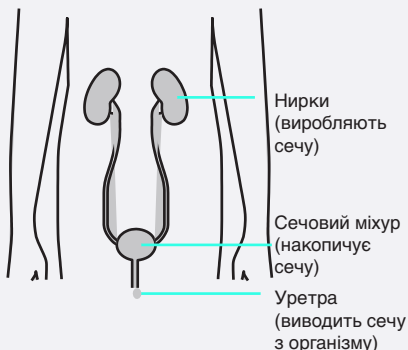
ІНФЕКЦІЇ СЕЧОВИВІДНИХ ШЛЯХІВ

Брошура для людей похилого віку
та осіб, які здійснюють догляд

ЩО ТАКЕ ІНФЕКЦІЯ СЕЧОВИВІДНИХ ШЛЯХІВ?

Інфекція сечовивідних шляхів виникає, коли бактерії у будь-якому відділі сечовидільної системи викликають певні симптоми.

Якщо під час аналізу сечі було виявлено бактерії, але ви почуваєтеся добре, не турбуйтеся, це є нормальним явищем, і антибіотики, зазвичай, не потрібні. Однак тяжкі інфекції сечовивідних шляхів можуть бути небезпечними для життя.



ЯК МОЖНА ЗАПОБІГТИ ІНФЕКЦІЇ СЕЧОВИВІДНИХ ШЛЯХІВ?

Ви вживаєте достатньо рідини? Подивіться на колір своєї сечі.



← Пийте більше рідини →



- Пийте достатньо рідини (6–8 склянок), щоб протягом дня регулярно ходити в туалет (сеча має бути світлою) і не відчувати спраги, особливо в спеку.
- Уникайте вживання надмірної кількості газованих напоїв і алкоголю.
- Користь препаратів із журавлиною чи інших препаратів для полегшення симптомів циститу у вигляді напою не доведена.
- Вживайте заходів для профілактики закрепів. За потреби проконсультуйтеся з фахівцем.
- Контролюйте діабет.

Зупиніть потрапляння бактерій із кишківника до сечового міхура:

- Витирайте статеві органи після туалету, рухаючись спереду назад.
- Змінійте прокладки та очищуйте статеві органи, якщо вони забруднені.
- Підтримуйте чистоту та сухість ділянки статевих органів. Не використовуйте ароматизоване мило.
- Промивайте ділянку статевих органів водою до та після статевих актів.

Проконсультуйтеся з фармацевтом щодо звернення до терапевта чи сімейного лікаря або інших видів лікування.

НА ЯКІ ОЗНАКИ І СИМПТОМИ СЛІД ЗВЕРТАТИ УВАГУ?

Якщо у вас встановлений катетер сечового міхура, звертайте увагу на такі симптоми:

- Озноб або тремтіння
- Висока або низька температура тіла
- Біль у спині просто під ребрами (у ділянці нирок)



Поява нових або погіршення наявних симптомів інфекції сечовивідних шляхів у всіх людей:

- Біль або печіння під час сечовипускання
- Висока або низька температура тіла (також може бути ознакою інфекції COVID-19 — див. нижче)
- Озноб або тремтіння
- Імперативність (потреба в негайному сечовипусканні)
- Біль внизу живота над лобком
- Нетримання сечі (частіше, ніж зазвичай)
- Сечовипускання частіше, ніж зазвичай
- Каламутна сеча або видима кров у сечі
- Сплутаність свідомості, зміна поведінки або хиткість ходи

ЗВЕРТАЙТЕ УВАГУ І НА ІНШІ ПРОЯВИ, ЯКІ ТАКОЖ МОЖУТЬ БУТИ СИМПТОМАМИ ІНШИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

- Біль
- Закреп
- Порушення сну
- Пригнічений настрій
- Недостатнє споживання рідини
- Побічні ефекти препаратів
- Інша інфекція
- Зміна режиму або атмосфери вдома
- Неправильне харчування

ЗАВЖДИ ВРАХОВУЙТЕ МОЖЛИВІСТЬ ПРИСУТНОСТІ ІНФЕКЦІЇ COVID-19

Якщо ви вважаєте, що у вас може бути коронавірусна інфекція COVID-19, для отримання найактуальніших рекомендацій та інформації відвідайте сайт <http://www.gov.uk/coronavirus> або <http://www.nhs.uk>.

ЯК МОЖНА ПОКРАЩИТИ СВОЄ САМОПОЧУТТЯ?

- Пийте достатню кількість рідини, щоб регулярно ходити в туалет протягом дня, особливо в спеку.
- Приймайте парацетамол до 4 разів на день для зменшення лихоманки та болю.
- Користь препаратів із журавлиною чи інших препаратів для полегшення симптомів циститу у вигляді напою не доведена.
- Якщо вас турбує проблема нетримання сечі, проконсультуйтеся з лікарем або медсестрою.
- Проконсультуйтеся з фармацевтом/особою, яка здійснює догляд.
- Вживайте достатньо рідини, щоб не відчувати спрагу (сеча має бути світлою).



ЩО МОЖЕ ЗРОБИТИ ФАРМАЦЕВТ/МЕДСЕСТРА/ЛІКАР?

- Якщо ваші симптоми мають зникнути самі собою, вам можуть надати консультацію щодо самолікування та призначити знеболювальне.
- Попросити вас пити більше рідини.
- Взяти у вас зразок сечі.
- Вам можуть призначити антибіотик, який можна буде прийняти за відсутності поліпшення симптомів або погіршення стану.



РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ЗАСТОСУВАННЯ АНТИБІОТИКІВ

- Антибіотики можуть врятувати життя у разі серйозних інфекцій сечовивідних шляхів, але не всі симптоми інфекції є показанням до застосування антибіотиків.
- Антибіотики можуть зробити бактерії в кишківнику стійкими до антибіотиків (резистентними), що ускладнить лікування UTI у майбутньому.
- Поширені побічні ефекти під час застосування антибіотиків охоплюють молочницю, висипання, блювання та діарею. Якщо вони викликають занепокоєння, зверніться по медичну допомогу.
- Підтримуйте ефективність антибіотиків: приймайте їх лише за призначенням лікаря.

КОЛИ СЛІД ЗВЕРНУТИСЯ ПО ДОПОМОГУ?

Нижче наведено перелік симптомів, які є можливими ознаками серйозної інфекції та потребують термінового обстеження.

Зверніться до свого терапевта чи сімейного лікаря або до служби NHS 111 (Англія), NHS 24 (Шотландія, зателефонуйте за номером 111), NHS Direct (Уельс, зателефонуйте за номером 0845 4647) або терапевта чи сімейного лікаря (Північна Ірландія).

Озноб і біль у м'язах



Сильна сплутаність свідомості, підвищена сонливість чи нечітке мовлення



Відсутність сечовипускання протягом усього дня



Температура тіла вища ніж 38°C* або нижча ніж 36°C



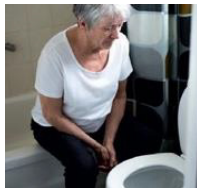
Утруднене дихання



Біль у спині просто під ребрами (у ділянці нирок)



Видима кров у сечі



Дуже холодна шкіра



Погіршення або відсутність покращення симптомів протягом 2 днів після початку прийому антибіотиків.

Прислухайтеся до свого внутрішнього голосу: якщо ви сумніваєтеся щодо тяжкості симптомів, проконсультуйтеся з фахівцем.

Мережа TARGET знаходиться під керуванням Агентства безпеки охорони здоров'я Великобританії.

Матеріал підготовлено у співпраці з професійними медичними організаціями.

Версія: 2.4

Дата публікації: жовтень 2018 р.

Дата редакції: червень 2021 р.