

Üriner (İdrar) sistem enfeksiyonları

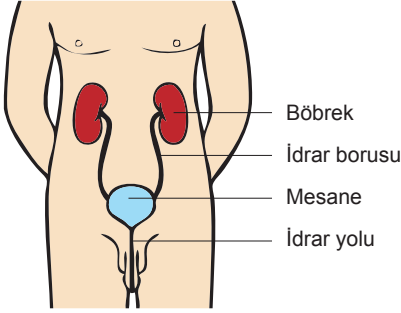
Acil bölüm bilgi metni

Genel

Üriner sistem enfeksiyonu nedir?

Üriner sistem enfeksiyonları (UTIs), Üriner sistemde oluşan bir grup enfeksiyonlardır.

En çok görülen UTI, mesanede (idrarın toplandığı organ) oluşan enfeksiyonu tanımlayan *sistit*dir. Diğer UTI'ler, idrar yolu (*uretrit*) ya da böbrekler (*pyelonephritis*) ile ilgili enfeksiyonları tanımlar.



Üriner sistem enfeksiyonu neden oluşur?

Enfeksiyonun en çok rastlanan nedeni, bağırsakta normal olarak bulunan bir tür bakteridir (*Escherichia coli* [kolon basili] ya da *E.coli* [E.basili] olarak tanımlanır). Bakteri, *idrar yolundan* (idrarın aktığı mesaneye bağlı bir tüp) yukarı çıkarak mesaneye geçer. Mesaneye yerleştikten sonra hızla çoğalarak enfeksiyon oluşturur.

Diğer oluşumlar aşağıda belirtilen nedenlere bağlı olabilir:

- idrar akışının engellenmesi (büyük bir böbrek taşı ya da erkeklerde bulunan prostat bezi nedeniyle oluşan tıkanıklık)
- *içten baskı yapan bir uriner kateter* (IDC)
- özellikle kadınları etkileyen cinsel ilişki yoluyla.

Sistit oluşmasına, erkeklere kıyasla kadın ve çocuklar daha yatkındır. Doğal olarak kadınlardaki idrar yolları, erkeklere kıyasla daha kısadır ve bu nedenle bakteri, mesaneye erişmek için daha kısa bir yol alır. Ayrıca idrar yolu, vajina (döl yolu) ve makatın (anüs) birbirine yakın yerde bulunmaları, bakterinin birinden diğerine yayılmasını kolaylaştırır.

Bez kullanılan bebeklerde UTI'lerin oluşmasına çok rastlanır. Kirli bezden geçen bakteri, özellikle kızlarda, kolaylıkla enfeksiyon oluşturabilir. Düzenli olarak bezleri değiştirilen ve temizlenen bebeklerde dahi UTI görülebilir.

Belirtileri nelerdir?

- İdrar yaparken sızlama ya da yanma duygusu.
- Çok az miktarlarda idrar yapma.
- Sık sık idrar yapma 'gereği' duyma.
- İdrar yaptıktan sonra mesanenin halen dolu olduğu duygusu.

- İdrarın kokulu, bulanık, koyu renk ya da kanlı olması.
- Karnın alt bölümünde, ya da alt arka tarafında ya da kenarlarında ağrı olması.
- Mide bulantısı ve ateş belirtisiyle kendini iyi hissetmeme.
- Çocuklarda hastalığın belirtileri anlaşılabilir ve genel olarak kusma, ateş ve karın ağrısı oluşur.

Tedavi

- Enfeksiyon için test yapılabilmesi için idrar örneği alınması gerekir.
- Enfeksiyonu tedavi etmek için **antibiyotikler** kullanılır. Kendinizi iyi hissediyor olmanız durumunda dahi, bazı bakterilerin etkinliklerini halen sürdürmekte bulunabilecekleri göz önünde tutularak, ilaç dozunun tümünü almanız gerekir.
- Üriner Alkaliniser'ler (Citalite, Citravescent ya da Ural küçük poşetleri gibi), sızlama gibi belirtilerin giderilmesinde yardımcı olabilirler. Bu ürünleri, eczane ve bazı süpermarketlerden satın alabilirsiniz. Bu ürünleri (ya da çocuğunuzun UTI tedavisi görmekte olması durumunda) almakta olduğunuz diğer ilaçlarla birlikte kullanıp kullanamayacağınızı, doktorunuz ya da eczacınızla görüşerek kontrol edin.

Evde bakım

- Her idrar yapışınızda, mesanenizin tam olarak boşalmış olmasını sağlayın.
- Kadınların, tuvaletten sonra silerek temizleme işlemini önden arka yöne doğru yapmaları gerekir.
- Bolca dinlenerek, enfeksiyonla savaşan bedeninize yardımcı olun.
- Ağrınız bulunması durumunda, parasetamol gibi hafif ağrı kesiciler alın. Çocuğunuzun tedavisi durumunda, doğru dozu uygulamak amacıyla tarifeyi dikkatle okuyun ve çocuğunuza parasetamol içeren başka herhangi bir ürünü (bazı öksürük, soğuk algınlığı ve grip ilaçları gibi) vermeyi sağlayın.
- Ağrıyı gidermek amacıyla, ılık bir buğday torbası ya da içi sıcak suyla dolu termeforu, havluyla sarılmış olarak karnınızın üstüne ya da arkanıza yerleştirin.

Neler Olabilir

Sistitin çok rahatsızlık verebilecek olmasına karşın, antibiyotiklerle tedavisi kolaydır. Antibiyotikler hızla etkisini gösterir ve belirtiler çoğu kez iki gün içinde iyileşir. Diğer UTI'ler daha uzun süre antibiyotik tedavisini gerektirebilir.

Belirtilerinizin iyileşmemesi durumunda yerel doktorunuza görün. Bazı UTI'ler, tedavi edilmemeleri durumunda ciddi sonuçlar doğurabilir ve böbrekte sürekli hasar bırakabilecek enfeksiyona neden olabilirler.

Sistit tekrarlayabilir mi?

Bazı kişilerde (çocuklar da dahil), bir kezden çok sistit oluşabilir. Sistitin oluşmasında, yanlış tuvalet alışkanlıkları (bağırsağınızdan idrar yolunuzun açılışına bakteri taşınmasına neden olacak, arkadan öne doğru silinme gibi) ve idrar yolunuzun normalden kısa olması gibi, birçok neden bulunmaktadır.

Enfeksiyonun tekrar etmesi durumunda, kısa sürede tedavi edilmesi gerekir. Belirtilerinizin tekrar etmesi durumunda, hemen yerel doktorunuza başvurun.

Enfeksiyonların sürekli bir sorun haline gelmesi durumunda, daha ileri tedavi görmek amacıyla bir *ürologla* (üriner sorunlar konusunda uzmanlaşmış doktor) görüşmeniz gerekebilir. Bazı kişilerin, enfeksiyonun tekrar etmesini önlemek amacıyla her gün antibiyotik alması gerekebilir.

Önleme

Diğer bir UTI'nin oluşmasını önlemek için yardımcı olabilecek bazı basit yöntemler aşağıda açıklanmaktadır.

- Bol miktarda su için ve çocukları da böyle davranmaya özendirin.
- İdrarınızı sık sık yapın, mesanenizi tümüyle boşaltın ve tuvalete gitme gereği duyduğunuzda idrarınızı tutmayın. Çocuğunuzu da böyle davranmaya özendirin.
- Yabanmersini (cranberry) suyu ya da kapsülleri, her gün kullanılmaları durumunda, gelecekteki enfeksiyonların oluşmasını önlemede yardımcı olabilir. Bu ürünler, bakterinin mesane zarına yapışmasını önler. Yabanmersini ürünlerinin bazı antibiyotikleri etkilemesi nedeniyle, bu bitki kapsüllerini kullanmanız durumunda, konuyu doktorunuza bildirin. Yabanmersini kapsüllerini çocuğunuza vermeden önce, bu ürünlerin kullanımı hususunda doktorunuz ya da eczacınızla görüşün.

Kadınlara yönelik tavsiye

- Tuvalette işinizi bitirdikten sonra, önden arkaya doğru silinin.
- Pamuklu kumaştan yapılmış iç çamaşırı giyin.
- Sentetik ya da kot pantolon ya da kilotlu çorap gibi dar giysilerden kaçının.
- Cinsel organınızda sabun ya da parfümlü ürünler kullanmaktan kaçının.
- Cinsel ilişkide kayganlık sağlayıcı ürün kullanın.

Yardım isteme



Acil tıbbi hizmete gerek duyulması durumunda, en yakın hastanenin acil servisine gidin ya da bir ambulans çağırın (000 numarayı arayın).



Ağrının 24 saatten uzun sürmesi ya da başka kaygılarınızın bulunması durumunda, yerel doktorunuza ya da sağlık bakım uzmanınızı görün.

- sırtınızda ve/veya belinizde şiddetli ağrı
- ateş ya da üşüme
- mide bulantısı ya da kusma
- idrarınızda kan.



Bir Kayıtlı Hemşire'ye danışmak için, **günün 24 saati süresince 1300 60 60 24** numaralı telefonda, Victoria Eyaleti içinde bulunan herhangi bir yerden, yerel telefonla arama ücreti karşılığında **NURSE-ON-CALL** hattını arayın.*

NURSE-ON-CALL, İngilizce konuşma yeteneğine güvenemeyen kişilere **sözlü çeviri hizmetine** erişim olanağı sağlar. **1300 60 60 24** numaralı telefonu arayın.

*Cep telefonlarından yapılacak aramalara daha yüksek ücret uygulanabilir



Daha fazla bilgi mi almak istiyorsunuz?

- Yerel doktorunuza ya da sağlık bakım uzmanınıza sorun.
- Bir eczacıyla görüşün.
- **Better Health Channel** websitesini ziyaret edin www.betterhealth.vic.gov.au

Notlar:

Bu yayımı erişilebilir formatta almak **istemeniz durumunda**, lütfen 9096 0578 numaralı telefonu arayın ya da edfactsheets@health.vic.gov.au adresine e-posta yollayın.

Aralık 2010. Bu ayrıca, www.health.vic.gov.au/edfactsheets websitesinden çevrimiçi de sağlanabilir.

Yadsıma: Burada açıklanan sağlık bilgileri yalnızca genel eğitim amaçlıdır. Söz konusu bilgilerin sizin için uygun bulunup bulunmadığından emin olmak için, lütfen doktorunuza ya da diğer sağlık uzmanınıza danışın.

