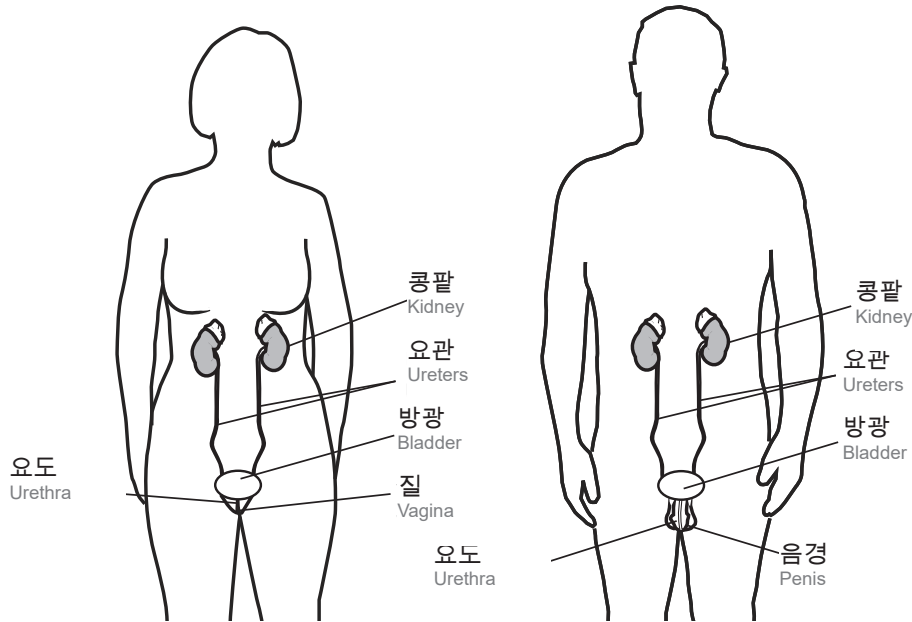


# 요로 감염 (UTI)

## Urinary Tract Infection (UTI)

Urinary tract infection, also called UTI, is an infection of the bladder or kidneys.

UTI라고도 부르는 요로 감염은 방광이나 신장의 염증입니다.



### Causes

UTI may be caused by bacteria (germs) from:

- Urine that stays in your bladder after you urinate
- A blockage in the kidneys or kidney stones
- Irritation from tight slacks, nylon underwear or sexual intercourse
- Not keeping the genital area clean and dry
- Tube placed to drain urine (catheter)
- Bacteria from stool entering the urethra

### 원인

요로 감염은 아래와 같은 원인들로 세균에 의해 감염이 됩니다:

- 소변 후에 방광에 남아있는 소변
- 신장 안에 막힌 곳 또는 신장 결석
- 달라붙는 바지, 나일론 속옷 또는 성교로 인한 염증
- 생식기 부위를 깨끗하고 건조하게 유지하지 않음
- 소변을 뽑는 튜브(카테터)
- 요도로 들어가는 대변의 박테리아

## Signs and Symptoms

- Burning or pain when passing urine
- Having to pass urine suddenly or often
- Pressure in the lower belly
- Urine that is bloody, cloudy or has a strong odor
- Pain in the lower back or side
- Feeling tired or not feeling well

## Your Care

If you have symptoms of a UTI, tell your health care provider. A urine test can diagnose an infection. Your treatment may include:

- Taking antibiotics. Take all antibiotics as ordered until the bottle is empty, even if you feel better. If you do not take all of the medicine, your infection may return or get worse.
- Drinking at least 8 glasses of water each day.
- Avoiding drinks that have caffeine, such as coffee, tea and soft drinks.

## Ways to Prevent UTI

- Keep your genital area clean.
- Take showers instead of tub baths.
- Empty your bladder every few hours even if you do not feel full.
- Women should always wipe from front to back after going to the toilet.
- Empty your bladder before and after sexual intercourse.
- Wear cotton underwear and loose pants.
- Drink 8 to 10 glasses of liquids a day.
- Avoid alcohol, and food and drinks with caffeine, as they can irritate the bladder and worsen symptoms.

## 징후 및 증상

- 소변 볼 때 따끔거리거나 통증
- 소변을 참을 수 없거나 자주 본다
- 아래 배의 압박
- 피가 섞였거나 색깔이 뿌연 소변 또는 악취 나는 소변
- 허리 또는 옆구리의 통증
- 피곤하거나 아프다

## 치료 방법

UTI 증상이 있는 경우 의료 서비스 제공자에게 알리십시오. 소변 검사로 감염을 진단할 수 있습니다. 치료에는 다음이 포함될 수 있습니다:

- 항생제를 복용. 기분이 나아지더라도 병을 비울 때까지 처방된대로 모든 항생제를 복용하십시오. 약을 모두 복용하지 않는 경우 감염이 재발하거나 또는 악화될 수 있습니다.
- 하루에 최소한 8-10컵의 물을 마신다.
- 커피나 차 또는 콜라 같이 카페인이 든 음료수를 피한다.

## 요로 감염을 예방하는 방법

- 음부 주위를 청결하게 유지한다.
- 목욕보다는 샤워를 한다.
- 방광이 꽉 차지 않았더라도 몇 시간에 한 번씩 소변을 본다.
- 여성들은 화장실에서 일을 본 후 화장지를 사용할 때 앞에서 뒤쪽으로 처리한다.
- 성교를 하기 전후에 소변을 본다.
- 면으로 된 팬티를 입고 헐렁한 바지를 입는다.
- 하루에 8 ~ 10 잔의 물을 마신다.
- 알코올, 카페인이 함유된 음식 및 음료는 방광을 자극하고 증상을 악화시킬 수 있으므로 피하십시오.

## Call your doctor right away if you:

- Have any signs of UTI
- Have nausea or vomiting
- Have back pain
- Have problems with your medicines
- Do not improve with treatment in 48 hours or your signs are worse in 24 hours

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

## 아래와 같은 경우 즉시 담당의에게 연락하십시오.

- 요로 염증 증상이 있다.
- 멀미 또는 구토
- 허리가 아프다
- 약에 부작용이 있다
- 48시간이 지나도 상태가 나아지지 않거나 증상이 24시간 안에 더욱 악화되었다.

질문 또는 우려사항이 있을 경우 담당의나 간호사와 상의하십시오.