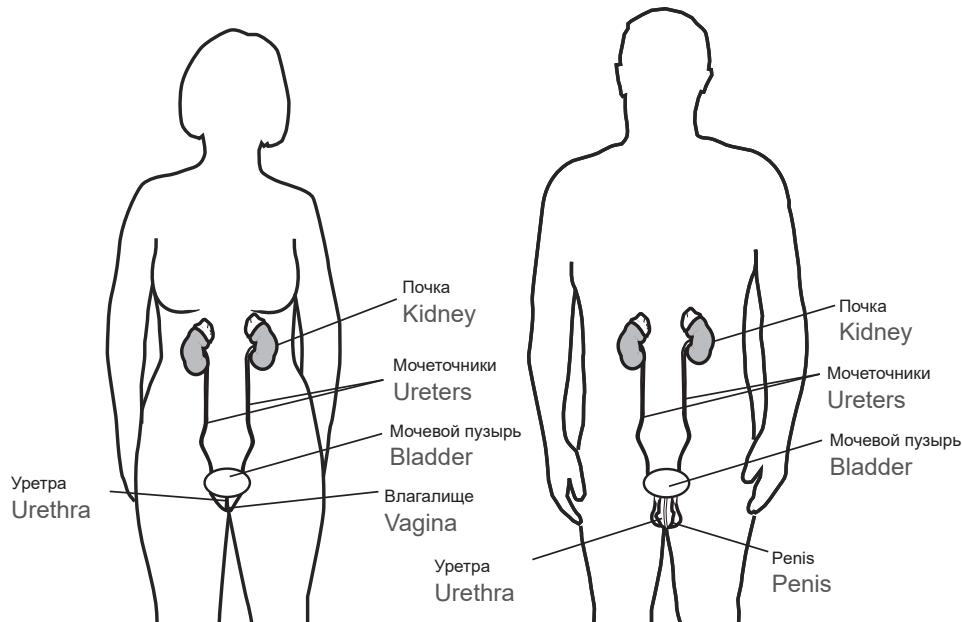


Инфекции мочевыводящих путей

Urinary Tract Infection (UTI)

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

Инфекции мочевыводящих путей (ИМП) поражают мочевой пузырь и почки.



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

Причины

ИМП вызывают бактерии вследствие следующих факторов:

- Неполное опорожнение мочевого пузыря
- Закупорка мочевых путей или камни в почках
- Раздражение из-за узких брюк, нейлонового белья или полового акта
- Плохая личная гигиена
- Катетер, введенный для отвода мочи
- Бактерии, попадающие в уретру из кишечника

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.

Признаки и симптомы

- Жжение или боль при мочеиспускании
- Внезапное или частое мочеиспускание
- Давление внизу живота
- Кровь в моче, мутная моча или моча с резким запахом
- Боль в боку или в пояснице
- Усталость или плохое самочувствие

Лечение

Если у вас есть симптомы ИМП, сообщите врачу. Диагностика проводится с помощью анализа мочи. Лечение может состоять в следующем:

- Прием антибиотиков. Необходимо принять все прописанные антибиотики, пока они не закончатся, даже если вам станет лучше. Если вы не завершите полный курс лечения, инфекция может вернуться или усугубиться.
- Питье не менее 8 стаканов воды в день.
- Отказ от напитков с кофеином (кофе, чай и безалкогольные напитки).

Профилактика ИМП

- Следите за чистотой области гениталий.
- Принимайте душ, а не ванну.
- Опорожняйте мочевой пузырь каждые несколько часов, даже если чувствуете, что он еще не полон.
- Женщины после туалета должны всегда подтираться спереди назад.
- Опорожняйте мочевой пузырь до и после полового акта.
- Носите хлопчатобумажное белье и брюки свободного покроя.

- 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.

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.

- Выпивайте 8–10 стаканов жидкости в день.
- Откажитесь от алкоголя, пищи и напитков с кофеином: они могут раздражать мочевой пузырь и усилить симптомы.

Немедленно позвоните врачу, если у вас:

- Есть какие-либо симптомы ИМП
- Тошнота или рвота
- Болит спина
- Проблемы с лекарствами
- Нет улучшений после 48 часов приема лекарств или симптомы ухудшились в течение 24 часов

Если у вас есть вопросы или опасения, обратитесь к врачу или медсестре.