



عفونت کلیه (پیلونفریت)

شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش:	پزشک معالج:
نام پدر:			تاریخ تولد:	جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص (علت بستری):	تاریخ پذیرش:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه و اقدام نمایید:						
مراقبت در منزل:						
- برخی از کمبودهای تغذیه‌ای زمینه‌ساز عفونت مجاری ادراری هستند، در این خصوص با پزشک خود مشورت کنید. - در طول روز زیاد مایعات بنوشید و از مصرف نوشیدنی‌های شیرین و آب میوه‌های شیرین پرهیز کنید و میزان توصیه شده 8-6 لیوان آب تصفیه شده در روز است. - سعی کنید مصرف نگهدارنده‌ها و افزودنی‌های غذایی و مواد حساسیت‌زا را کاهش دهید. - از مصرف زیاد مواد غذایی تصفیه شده مانند نان سفید، پاستا و به ویژه شکر اجتناب کنید. - از مصرف قهوه و سایر محرک‌ها مانند الکل، تنباکو و چای غلیظ پرهیز نمایید (الکل و کافئین با تحریک مثانه احتمال ابتلا به عفونت را افزایش می‌دهند). - حداقل 30 دقیقه و 5 بار در هفته ورزش کنید. - پس از بهبود علائم حاد بیماری و افزایش قدرت جسمانی فعالیت‌های خود را افزایش دهید و در برنامه ریزی روزانه ورزش‌های ملایم به همراه دوره‌های استراحت بگنجانید. - رعایت بهداشت فردی به ویژه پس از اجابت مزاج و تعویض مرتب لباس زیر ضروری است. - استفاده از گرمای موضعی در ناحیه پشت و پهلو برای کاهش درد و اسپاسم موثر است. - هیچ گاه ادرار کردن را به تأخیر نیندازید. - پیش از مقاربت جنسی و بعد از آن ادرار کنید و دستگاه تناسلی را با آب و صابون ملایم بشوئید. - از فرآورده‌های بهداشتی مخصوص دستگاه تناسلی (اسپری یا پودر) و صابون‌های قوی خودداری کنید. - مدت زمان مشخص شده توسط پزشک بعد از درمان باید آزمایش ادرار را تکرار کنید تا مشخص شود که عفونت برطرف شده است. - در شرایط خاصی که شما با لوله و یا سوند ادراری مرخص می‌شوید قبل و پس از دست زدن به لوله ادراری و کیسه تخلیه دست‌ها را با آب و صابون بشوئید. - به منظور کاهش درد می‌توانید با نظر پزشک از داروهای مسکن استفاده کنید. - در صورت تجویز آنتی بیوتیک با نظر پزشک معمولاً به مدت 7 تا 10 روز به صورت خوراکی مصرف کنید - داروهای خود را به طور دقیق و منظم مصرف کنید و دوره درمان را کامل کنید و درمان را دقیق پیگیری کنید.						
در صورت مشاهده موارد زیر به بیمارستان و یا پزشک مراجعه کنید						
- بروز یا بدتر شدن علائم عفونت کلیه مانند تب، درد یا سوزش ادرار - نیاز شدید به ادرار کردن به طور مکرر - درد شدید پهلوها و کمر - حالت تهوع و استفراغ - وجود خون در ادرار - سایر موارد نگران کننده و یا اورژانسی						