

Klīniskās rekomendācijas

Apakšējo urīnceļu infekciju antibakteriālās terapijas principi

Lieto:

nitrofurānus, hinolonus, sulfanilamīdus, beta laktāma grupas antibiotikas

Ieteikumi akūtas urīnceļu infekcijas ārstēšanai

- Dizūrijas mazināšanai var lietot siltumu, sēdvannas
- Gultas režīms, vēlams līdz sāpju izzušanai
- Svarīgi lietot preparātu pirms gulēt iešanas un pēc urīnpūšļa iztukšošanas, lai nodrošinātu augstu medikamenta koncentrāciju urīnā naktī
- Nevajadzētu rosināt liela šķidruma daudzuma uzņemšanu, lai veicinātu biežu urinēšanu un aizskalotu baktērijas no urīnceļiem. Pašreiz to neiesaka, jo liels šķidruma daudzums atšķaida antibakteriālā līdzekļa koncentrāciju urīnā un rada atviļņa risku
- Šķidruma uzņemšanas ieteikumi akūta procesa gadījumā var atšķirties atkarībā no infekcijas tipa, antibakteriālā preparāta (vai darbojas sistēmiski vai apakšējos urīnceļos) un dehidratācijas (atūdeņošanās) esamība
- Diēta – piena un augu produkti, kīseļi, no ēdienkartes jāizslēdz ass, skābs, trekns ēdiens, stipra kafija un alkoholiskie dzērieni

Ieteikumi akūtas urīnceļu infekcijas ārstēšanai

- Pie alternatīvām ārstēšanas metodēm pieder fitoterapija un homeopātija, taču tās negarantē izveseļošanos un akūtu cistītu var pārvērst hroniskā
- Šķidruma uzņemšanai jābūt pietiekamai, lai diurēze būtu vismaz 2 l/d, bet ne uz nakti
- Urīna skābināšanai ar dzērveņu dzērienu, periodiski urodezinficējošas tējas. Dzērveņu pagatavojumi neārstē urīnceļu infekciju, bet mazina nepatīkamu smaku urīna nesaturēšanas gadījumā un neļauj infekcijai tālāk attīstīties, paātrinot atveseļošanos.
- Noderīgas būs dažādas zāļu tējas – brūkleņu, miltenāju lapas, nātres lapas, mežrozītes augļi
- Urinēt ik pēc 2-3 stundām. Urinēt pirms nakts miera. Novērst aizcietējumus.
- Svarīgi ievērot pareizu personīgo higiēnu. Mazgāšanas laikā izmanto neitrālas iedarbības līdzekļus, kas var kairināt jutīgo gļotādu; ūdens strūklai jābūt virzītai no priekšas uz mugurpusi.

•