معلومات للمرضى ومقدمي الرعاية

ماذا عليك معرفته عن التهابات المثانة عند النساء

تاريخ النشر: ١٥ يونيو ٢٠٢٠
تاريخ المراجعة النهائية: ١٥ يونيو ٢٠٢٢

ما هي التهابات المسالك البولية؟

التهابات المسالك البولية هي التهابات تصيب الجهاز البولي.

تشمل المسالك البولية الأعضاء التالية:

- الكلى (هي التي تنتج البول).
- الحالب (هي القنوات التي تنقل البول من الكلى الى المثانة).
- المثانة (هي التي تخزن البول).
- مجرى البول أو الإحليل (هو الذي ينقل البول من المثانة إلى خارج الجسم).

السبب الرئيسي لالتهابات المسالك البولية عادةً هي البكتيريا التي تدخل إلى مجرى البول وتتكاثر في المثانة. **تسمى هذه الالتهابات بالتهاب المثانة أو التهاب المسالك البولية السفليّة إذا بقيت في المثانة.**

يمكن أن تنتشر الالتهابات أكثر وتتخطى أيضًا المثانة لتدخل الكلى وتسبب التهابات في الكلى.

تعاني أكثر من ٥٠٪ من جميع النساء من التهابات المسالك البولية لمرة واحدة على الأقل في مرحلة ما من حياتهن.

تشمل أعراض التهابات المسالك البولية السفليّة أو التهابات المثانة ما يلي:

- **الألم أو الشعور بالحرقة عند التبول.**
- **الحاجة المتكررة للتبول.**
- **الحاجة للتبول ولكن دون التبول بكثرة.**
- **الشعور بالانزعاج أو الألم في أسفل البطن.**
- **البول غير الصافي أو كريه الرائحة.**
- **وجود الدم في البول.**

تتشابه أعراض بعض الأمراض المنقولة جنسياً مع أعراض التهابات المسالك البولية. لذلك، من المهم مراجعة الطبيب للحصول على التشخيص والعلاج الصحيحين.

التهابات المثانة قابلة للعلاج، ولكن التأخر في تلقي العلاج يمكن أن يؤدي إلى مضاعفات خطيرة. تعالج التهابات المثانة عبر استخدام المضادات الحيوية.

ما الذي يسبب التهابات المثانة؟

لا تحتوي المسالك البولية عادةً على أي بكتيريا، ولكن توجد البكتيريا بالقرب من مجرى البول عند النساء. تحدث التهابات المسالك البولية عندما تدخل هذه البكتيريا إلى مجرى البول وتنتقل إلى المسالك البولية.

يمكن أن تزيد بعض العوامل من خطر الإصابة بالتهابات المسالك البولية السفليّة. تشمل هذه العوامل ما يلي:

- **ممارسة الجماع.**
- **ممارسة الجماع مع شريك جديد.**
- **الحمل.**
- **الاصابة بالتهابات المسالك البولية في الصغر.**
- **تجاوز سن انقطاع الطمث.**
- **وجود القسطرة البولية.**
- **ضعف المناعة.**
- **عدم السيطرة على مرض السكري.**
- **وجود الحصى في الكلى.**

متى تحتاجين لزيارة الطبيب؟

ستحتاجين لزيارة الطبيب في أقرب وقت ممكن إذا:

- **لم تتحسن الأعراض خلال أيام قليلة.**
- **ظهرت الأعراض من جديد بعد الانتهاء من العلاج.**
- **كنت حاملًا وكنت تعانين من أعراض التهابات المسالك البولية.**
- **كنت متقدمةً في السّن وكنت تعانين من أعراض التهابات المسالك البولية.**
- **كنت مصابةً بمرض السكري وكنت تعانين من أعراض التهابات المسالك البولية.**

يجب عليكِ مراجعة الطبيب بسرعة إذا كنتِ تعانين من بعض الأعراض لأنها قد تدلّ على وجود التهابات خطيرة. تشمل هذه الأعراض ما يلي:

- **وجود الدم في البول.**
- **عدم التبول طوال اليوم.**
- **ارتفاع الحرارة أو الشعور بالارتجاف أو القشعريرة.**
- **الشعور بالارتباك أو الدوخة.**
- **الشعور بألم في الخاصرة.**
- **ازدياد الأعراض سوءاً.**
- **التقيؤ.**
- **عدم تحسّن الأعراض خلال ٤٨ ساعة من بدء تناول المضادات الحيوية.**

كيف يتم تشخيص التهابات المثانة؟

سيطرح عليكِ طبيبكِ أسئلةً حول أعراضك ويجري لكِ فحصًا بدنيًا لتشخيص التهابات المسالك البولية السفليّة. إذا كانت الأعراض والعلامات تشير إلى إصابتك بالتهابات المسالك البولية، فقد يطلب منكِ طبيبكِ إجراء فحص بول لتأكيد التشخيص.

فحص زرع البول هو فحص تُستخدم فيه عينة من البول لتنمية البكتيريا في المختبر. يمكن أن يبيّن هذا الفحص نوع البكتيريا المسببة للالتهابات وأن يحدّد فئة المضادات الحيوية الفعالة ضدها. تظهر نتائج هذا الفحص بعد ٤٨ ساعة تقريبًا.

ماذا سيفعل طبيبك؟

بعد التأكد من تشخيص التهابات المسالك البولية السفليّة، سيصف لكِ طبيبكِ المضادات الحيوية لتبدئي تناولها على الفور. يجب أن تبدأ الأعراض في التلاشي خلال يوم أو يومين من بدء العلاج.

يجب عليكِ متابعة علاج المضادات الحيوية كما وصفه الطبيب، حتى لو أحسستِ بتحسّن.

إذا كانت التهابات المسالك البولية لديكِ شديدة الخطورة وترافقت مع الحمى أو إذا كنتِ تعانين من حالة مرضية تؤثر على مناعتك مثل مرض السكري أو إذا كنتِ حاملًا، فسوف يحيلكِ طبيبكِ إلى المستشفى لتلقي العلاج. قد تحتاجين إلى البقاء في المستشفى لبضعة أيام.

إذا تكرّرت التهابات المسالك البولية في أي وقت بعد العلاج، سيتم عادةً وصف جرعة المضادات الحيوية لمدة أطول. إذا تكرّرت التهابات المسالك البولية وإذا احتجتِ إلى علاج متكرّر، قد يحيلك طبيبكِ إلى أخصائي.

العلاج

العلاج الأساسي لالتهابات المسالك البولية السفليّة هو المضادات الحيوية. يتم وصف هذه الأدوية عادة على شكل أقراص أو حقن. سيصف طبيبكِ مضادًا حيويًا يعمل ضد نوع البكتيريا التي من المرجح أنها المسبب لالتهابات المسالك البولية لديكِ.

الخيارات التقليديّة للمضادات الحيوية هي:

- نتروفورانتوين.
- سيبترين.
- فوسفوميسين.

لا تأخذي أياً من هذه الأدوية بدون وصفة طبية. قد يعاني بعض الأشخاص من حساسية تجاه هذه الأدوية.

اعتمادًا على نوع المضاد الحيوي الذي يصفه طبيبك، قد تحتاجين إلى جرعة واحدة من المضادات الحيوية أو جرعات يوميّة لمدة ٥ أيام. إذا لم تشعري بتحسن خلال ٢–٣ أيام بعد بدء العلاج أو إذا ازدادت الأعراض سوءاً، فمن المهم أن تراجعي طبيبك.

إذا كنتِ تعانين من الألم، فيمكنك تناول دواء مسكن للآلام بدون وصفة طبية مثل الباراسيتامول أو الأيبوبروفين حتى زيارة الطبيب.

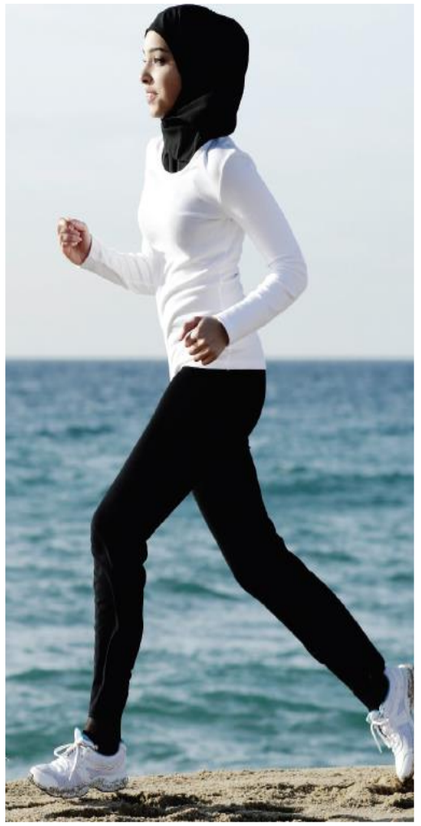
إذا استمرت التهابات المثانة على الرغم من العلاج، قد تحتاجين إلى المزيد من الفحوصات، خاصة إذا كان هناك احتمال أن يكون جزء من المسالك البولية غير طبيعي، أو إذا كان لديك حصوات في الكلى.

تشمل الفحوصات الخاصة بهذه الحالات عادةً صور الأشعّة مثل التصوير المقطعي وصورة الموجات فوق الصوتية.

كيف يمكنك الوقاية من التهابات المثانة؟

إذا كنت تعانين من التهابات المسالك البولية المتكررة، يمكنك الوقاية منها أو تقليل تكرارها عن طريق القيام بما يلي:

- **تغيير طريقة منع الحمل.** إذا كنت تستخدمين مبيد النطاف أو العازل الأنثوي، حاولي استخدام طريقة أخرى لمنع الحمل.
- **تناولي كمية أكبر من السوائل يوميًا.**
- **حاولي التبول قبل الجماع وبعده.**
- **امسحي دائمًا من الأمام إلى الخلف بعد التبول ونظفي الشفران الكبيران لأعضائك التناسلية يوميًا.**
- **استخدام الإسترجين المهبلي.** يفيد هذا العلاج النساء خلال فترة انقطاع الطمث.
- **استخدام المضادات الحيوية.** قد يوصي الطبيب باستخدام المضادات الحيوية الوقائية إذا أصبت بالتهابات المثانة بشكل متكرر ولم تستفيدي من أساليب الوقاية الأخرى.



احرصي دائمًا على إخبار طبيبك عن جميع الأدوية التي تتناولينها وما إذا كانت تعانين من الحساسية تجاه أي شيء.

المتابعة

لا تحتاج النساء الشابات الأصحاء للمتابعة إذا اختفت الأعراض بعد الإصابة بالتهابات المثانة.

إذا كنت حاملاً، فقد يطلب منك طبيبك إجراء فحوصات بول متكررة بعد أسبوع إلى أسبوعين من الانتهاء من العلاج للتأكد من أن البكتيريا المسببة لم تعد موجودة في البول.

خلال مرحلة الحمل:

يمكن أن تؤدي التغييرات في مستوى الهرمونات إلى زيادة خطر الإصابة بالتهابات المسالك البولية. أثناء الحمل، قد تنتقل التهابات المثانة إلى الكلى، وإذا تُركت دون علاج، يمكن أن تؤدي إلى:

- **الولادة المبكرة.**
- **ولادة طفل أقل وزنًا من المعدل الطبيعي.**
- **ارتفاع ضغط الدم، والذي يمكن أن يؤدي إلى حالة أكثر خطورة تسمى تسمم الحمل.**

معلومات إضافية

يمكن الحصول على معلومات إضافية عن التهاب المسالك البولية لدى النساء من خلال المبدأ الارشادي السريري الوطني: تشخيص وعلاج التهاب المسالك البولية لدى النساء، الذي نشرته وزارة الصحة العامة القطرية.

هذا الدليل متاح لعامة الناس من خلال الرابط التالي لموقع وزارة الصحة العامة:

www.moph.gov.qa