

# Nhiễm trùng đường tiểu (UTI)

## UTI là gì?

Nhiễm trùng đường tiểu (urinary tract infection - UTI) là nhiễm trùng một phần hoặc nhiều phần của hệ đường tiểu – bàng quang hoặc thận, hoặc ngay cả niệu đạo hoặc niệu quản. Nhiễm trùng đường tiểu thường xảy ra nơi phụ nữ, và thường ảnh hưởng người rất trẻ hoặc rất lớn tuổi.

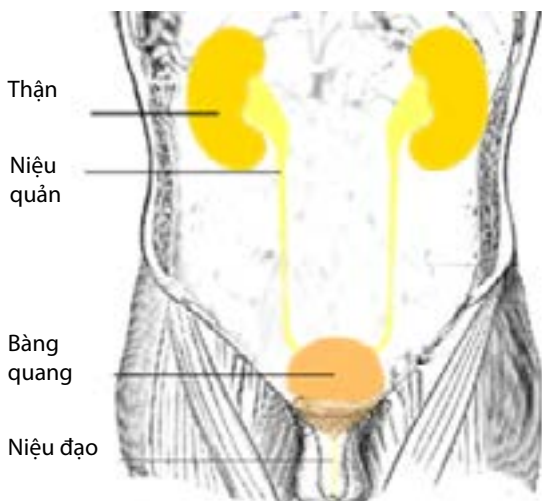
## Điều gì gây ra UTI?

UTI thường gây ra do vi khuẩn. Vi khuẩn thường lọt vào đường tiểu từ ruột hoặc hậu môn, qua niệu đạo (ống dẫn nước tiểu từ bàng quang ra khỏi cơ thể). Đôi khi vi khuẩn có thể đến từ dòng máu.

UTI cũng có thể gây ra do các bệnh lây nhiễm qua đường tình dục, chẳng hạn như Chlamydia. Các bệnh này có thể ảnh hưởng đến cả nam giới và nữ giới. Nếu một người đã chẩn đoán có bệnh, người phối ngẫu/bạn đời của họ cũng cần đi thử nghiệm và chữa trị để tránh lây nhiễm trở lại và các biến chứng có thể nghiêm trọng.

## Có những loại UTI nào khác nhau?

Các bệnh nhiễm trùng đường tiểu (UTI) có thể được diễn tả qua bộ phận của đường tiểu bị ảnh hưởng.



Nguồn: <[http://en.wikipedia.org/wiki/Urinary\\_system#/media/File:Urinary\\_tract\\_en.png](http://en.wikipedia.org/wiki/Urinary_system#/media/File:Urinary_tract_en.png)>

*Urethritis* – viêm niệu đạo.

Viêm niệu đạo gây đau khi tiểu tiện và khiến cảm thấy luôn mắc tiểu. Thường thì bạn sẽ đi tiểu thường xuyên và chát dính mỗi lần.

*Cystitis* – viêm bàng quang.

Viêm bàng quang gây ra triệu chứng tương tự như viêm niệu đạo, và đau ở bụng dưới.

*Pyelonephritis* – viêm thận.

Nhiễm trùng mà liên quan đến thận thì nghiêm trọng hơn. Hầu hết những người bị viêm thận đều cảm thấy không khỏe, bạn có thể bị:

- ◆ Sốt và lạnh
- ◆ Đau ở bên dưới thắt lưng
- ◆ Đau lưng
- ◆ Buồn nôn và ăn mất ngon.

Máu trong nước tiểu là triệu chứng thông thường của UTI, và có thể xảy ra với bất cứ loại UTI nào.

## Chữa trị

Cần lấy mẫu nước tiểu để thử nghiệm xem có nhiễm trùng không.

Thuốc trụ sinh thường được dùng để chữa trị việc nhiễm trùng và bạn phải uống thuốc trụ sinh theo đúng chu trình, ngay cả khi bạn cảm thấy đỡ hơn vì vi khuẩn có thể vẫn còn trong cơ thể.

UTI có thể gây đau nhưng có vài bước mà bạn có thể thực hiện để giúp mình cảm thấy dễ chịu hơn:

- ◆ Uống thật nhiều nước
- ◆ Nghỉ ngơi thật nhiều để giúp cơ thể chống chọi với việc nhiễm trùng
- ◆ Gắng tiểu cho thật hết mỗi lần tiểu tiện
- ◆ Dùng gói chườm ấm, chẳng hạn như bình nước nóng gói trong khăn, đắp trên bụng hoặc lưng để giúp giảm đau.

# Nhiễm trùng đường tiểu (UTI)

## Điều gì tăng nguy cơ bị UTI?

### ◆ *Phái tính*

Phụ nữ dễ bị UTI hơn. Điều này một phần là vì phụ nữ có niệu đạo ngắn.

### ◆ *Tiểu đường*

Nói chung, những người bệnh tiểu đường dễ bị nhiễm trùng.

### ◆ *Nam giới mà có vấn đề tuyến tiền liệt*

Tuyến tiền liệt bị lớn có thể ngăn trở bàng quang trong việc tiểu ra hết, dẫn tới dễ bị nhiễm trùng.

### ◆ *Những người có dị tật ống tiểu và đường tiểu*

Dị tật về ống tiểu và cấu trúc đường tiểu (do bẩm sinh, hoặc do hậu quả của thương tích hoặc giải phẫu) có thể làm cho đường tiểu kém được bảo vệ đối với việc nhiễm trùng.

## Ngăn ngừa

UTI nơi phụ nữ thường được ngăn ngừa bằng cách lưu ý vài điều vệ sinh chủ yếu sau đây:

- ◆ sau mỗi lần đi vệ sinh, lau hậu môn theo hướng từ trước ra sau (điều này giúp vi khuẩn không lan truyền từ hậu môn đến niệu đạo).
- ◆ đi tiểu ngay sau khi quan hệ tình dục.
- ◆ màng chắn thai (và một số vòng ngừa thai khác) có thể làm bạn tăng nguy cơ bị UTI, vậy hãy thảo luận với bác sĩ về các lựa chọn nào khác của mình.

Một số biện pháp thông thường khác gồm có:

- ◆ giữ cơ thể có đủ nước – nước tiểu phải có màu rơm trong trẻo, thay vì vàng đậm.
- ◆ đi tiểu khi bạn cảm thấy mắc tiểu, đừng nín tiểu quá lâu.

## Khi nào nên gặp bác sĩ?

Bạn sẽ bắt đầu cảm thấy đỡ hơn sau 24 giờ dùng trụ sinh. Gặp bác sĩ gia đình nếu cảm thấy mình không đỡ hơn.

Cần tìm chăm sóc y tế khẩn cấp nếu bạn cảm thấy không khỏe, sốt hoặc lạnh run, hoặc không muốn ăn. Điều này có thể là dấu hiệu của một vấn đề sức khỏe nghiêm trọng hơn.

Bạn có thể cần gặp bác sĩ để theo dõi kết quả thử nghiệm do Khu Cấp cứu thực hiện. Kết quả nuôi cấy nước tiểu thường mất khoảng 3 ngày mới có được, và bác sĩ của bạn có thể điện thoại đến cơ quan để biết kết quả.

## Chỉ dẫn:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Tìm giúp đỡ:



Trong trường hợp khẩn cấp y tế, hãy đến khu cấp cứu gần nhất hoặc điện thoại số 000.



Emergency  
Care Institute  
NEW SOUTH WALES