



# પેશાબના ઇન્ફેક્શન

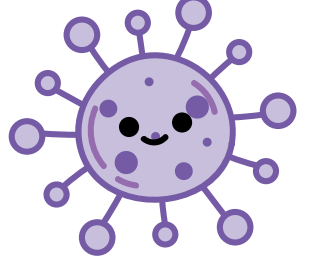


# કારણો

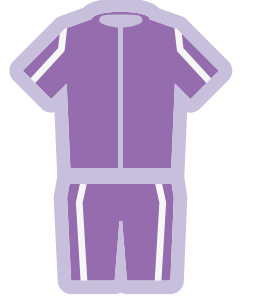
- પોતાની સ્વચ્છતાનો અભાવ
- સાર્વજનિક ટોયલેટનો ઉપયોગ
- અમુક દવાઓ



- અમુક બીમારીઓના શરીરમાં કારણો બેક્ટેરિયા વધવા



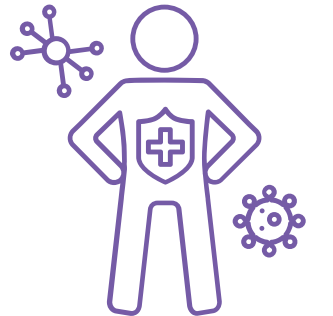
- ટાઈટ કપડા
- ઓછું પાણી પીવું
- મેનોપોઝ



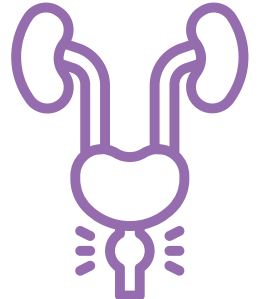
- વધારે ડાયાબીટીસ
- પેશાબ લાગતા રોકી રાખવો



- ખરાબ કેથેટર
- રોગ પ્રતિકારક શક્તિનો અભાવ



- પેશાબની નળીમાં પથરી કે અન્ય કારણથી બ્લોક
- પ્રોસ્ટેટ ગ્રંથીમાં સોજો



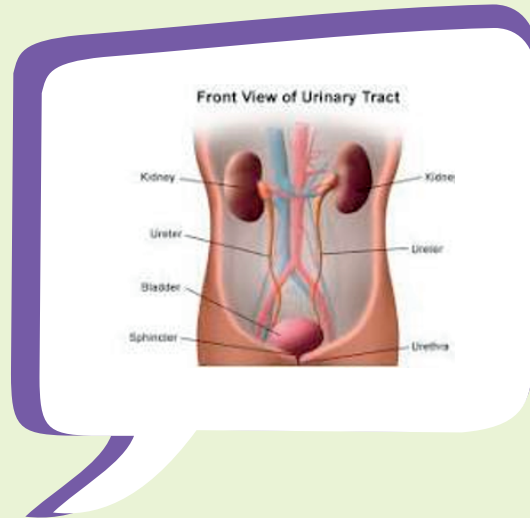
# લક્ષણો

- પેશાબ કરતી વખતે દુખાવો થવો કે લહાય બળવી
- થોડી થોડી વારે થોડો થોડો પેશાબ થવો
- પેશાબમાં લોહી પડવું
- પેશાબમાં ગંધ આવવી
- પેટમાં દુખાવો
- કમરમાં દુખાવો
- પેશાબ પર નિયંત્રણ ન રહેવો
- ઉલટી ઉબકાઅને ઠંડી લાગીને તાવ



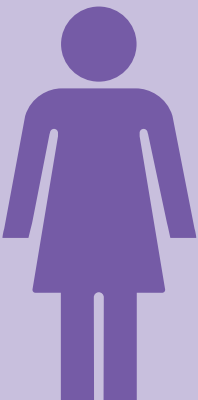
# કોમ્પ્લીકેશન

- કીડનીને પરમનેન્ટ નુકસાન થવો
- સેપ્સીસ થવું
- વારે ઘડીએ પેશાબના ઇન્ફેક્શન થવા



# રિસ્ક ફેક્ટર

- પહેલા પેશાબનો ઇન્ફેક્શન થયો હોય
- અંતઃસ્ત્રાવોમાં ફેરફાર
- પોતાની સ્વચ્છતાનો અભાવ
- ઉંમર ( વૃદ્ધો અને નાના બાળકો)
- સ્ત્રીઓમાં પેશાબના ઇન્ફેક્શન થવાની શક્યતા વધારે હોય છે



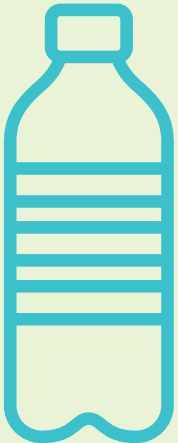
# સારવાર



- એન્ટીબાયોટીકનો કોર્સ પૂરો કરો
- વધુ પ્રમાણમાં પાણી પીયો
- યોગ્ય સ્વચ્છતા જાળવો



- ડાયાબીટીસને નિયંત્રણમાં રાખો
- કેફીનયુક્ત પીણાનો ઉપયોગ ઓછો રાખો
- ક્રેનબેરી જ્યુસનો ઉપયોગ કરો



- પાણીને અલ્કલાઈન કરો
- વધુ બીમાર વ્યક્તિઓમાં દાખલ થઈ ઇન્જેક્શન શરૂ કરવાની જરૂર પડી શકે છે

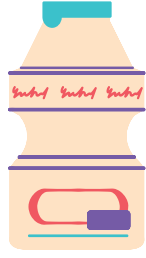


# પ્રિવેન્શન

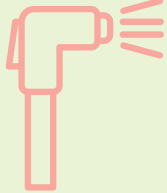
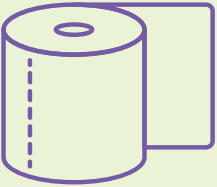
- પૂરતા પ્રમાણમાં પાણી પીયો
- બાથટબના ઉપયોગના બદલે શાવરનો ઉપયોગ



- પોતાની સ્વચ્છતા જાળવો
- પ્રોબાયોટીક દવાઓ લ્યો



- પેશાબ લાગી હોય ત્યારે રોકી ન રાખો
- જાજરૂ ગયા પછી આગળથી પાછળ દિશામાં



- ઢીલા કપડા પહેરો
- બાળકો કે વૃદ્ધોમાં પેશાબ કે સંડાસથી ડાઈપર બગડતા તેને તરત બદલી નાખો

