

Zakażenia układu moczowego (ZUM)

Zakażenia układu moczowego (w skrócie ZUM) obok zakażeń górnych dróg oddechowych są jedną z najczęstszych chorób infekcyjnych. ZUM zwykle rozwija się na podłożu bakteryjnym, ale nie tylko. Przyczyną mogą być też zakażenia grzybicze i najrządziej wirusowe.

Wyróżniamy kilka rodzajów ZUM

Zakażenie dolnych dróg moczowych występuje najczęściej. Przebiega z zaburzeniami oddawania moczu tj. częstomocz, nagłaćce parcia, ból, pieczenie, może występować

krwimocz oraz nadwrażliwość na ból w okolicy nadłonowej. W zależności od nasilenia objawów możliwe jest leczenie samodzielne.

Zakażenia górnych dróg moczowych. Zakażeniom tym towarzyszy zazwyczaj gorączka, dreszcze, charakterystyczny ból w okolicy lędźwiowej nasilający się podczas poruszania. W przypadku takich objawów niezwłocznie należy udać się do lekarza. Diagnozę ZUM stawia się po wykonaniu badań bakteriologicznych i ogólnych moczu. Występuje również nawracające ZUM, na które cierpią przede wszystkim kobiety.



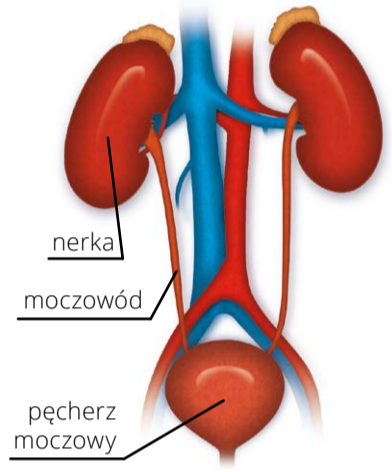
Jak prawidłowo pobrać próbkę moczu do badania bakteriologicznego?

Sposób pobierania próbki do badania bakteriologicznego jest nieco bardziej skomplikowany od pobierania próbki do badania ogólnego moczu. Przede wszystkim w aptece należy zakupić jałowy pojemnik do badania moczu. Jest on zapakowany w woreczek, który rozrywamy **bezpośrednio** przed pobraniem próbki. Pojemnik nie może stać otwarty! Dlatego przed rozpakowaniem jałowego pojemnika powinniśmy zadbać o higienę okolic intymnych. Przy pobieraniu próbki moczu należy pamiętać żeby pojemnik nie dotykał muszli toalety. Prawidłowo powinniśmy pobrać środkowy strumień moczu, a nie pierwszy. Pojemnik niezwłocznie zamykamy. Opisaną metodą pozwala na otrzymanie rzetelnych wyników badań, a co za tym idzie umożliwia właściwą diagnozę.



Kto jest najbardziej narażony na zakażenia dróg moczowych?

- Przede wszystkim kobiety, szacuje się że ok. 4 razy częściej ten problem je dotyka, co jest wynikiem budowy anatomicznej.
- Mężczyźni cierpiący na przerost gruczołu krokowego oraz stan zapalny żołądki.
- Osoby niedbające o higienę.
- Pacjenci z zakażeniami pasożytniczymi.
- Osoby po zabiegu cewnikowania.
- Cukrzycy, chorzy na dnę moczanną
- Osoby ze spadkiem odporności, przyjmujące leki immunosupresyjne.
- Kobiety przyjmujące doustną antykoncepcję hormonalną.
- Pacjenci przyjmujący przewlekle niesteroidowe leki przeciwzapalne.
- Osoby bezpośrednio po antybiotykoterapii.
- Kobiety w ciąży, w trakcie porodu.
- Osoby cierpiące z powodu kamicy układu moczowego.



Profilaktyka

Mówiąc o profilaktyce ZUM należy uświadomić sobie, że nie są to raz na jakiś czas wykonane czynności, a raczej zmiana pewnych nawyków. Szczególnie dotyczy to kobiet z nawracającym problemem.

Ważną sprawą jest odpowiednia higiena okolic intymnych. Należy używać przeznaczonych do tego celu kosmetyków - dla kobiet często z dodatkiem kwasu mlekowego. Nie powinno się używać agresywnych, perfumowanych kosmetyków, drażniących mydeł czy dezodorantów. Bielizna najlepiej wykonana z naturalnych materiałów, przewiewna np. z bawełny.

Pacjentki z nawracającym problemem nie powinny również nosić bardzo przylegających, obcisłych spodni. Dobrze jest raz na jakiś czas wykonywać tzw. nasiadówki z naparów czy odwarów z ziół np. kory dębu, rumianku, szałwii czy pięciornika. Kobiety powinny częściej wybierać prysznic, a nie wannę. Jeśli chodzi o dietę to pamiętajmy o nawadnianiu, należy wypijać ok. 2,5l płynów dziennie np. wody z cytryną czy napary z ziół moczopędnych. W ten sposób oczyszczamy drogi moczowe z toksyn i drobnoustrojów. Powinniśmy zadbać o stan naszych jelit, szczególnie jelita grubego. W tym celu wskazane jest włączenie do diety składników odbudowujących właściwą florę bakteryjną jelita. Może to być przyjmowanie nasion babki płesznik, kłącza perzu czy korzenia mniszka lekarskiego.

Leczenie

W przypadku zakażeń dolnych dróg moczowych, jeśli objawy nie są nasilone ani powracające, można rozpocząć od samodzielnego leczenia. Z powodzeniem można stosować leki roślinne. Większość z nich, które można przyjmować w leczeniu ZUM charakteryzują się działaniem moczopędnym co pozwala na usuwanie drobnoustrojów i toksyn z dróg moczowych. Ponadto wiele ziół zawiera składniki hamujące rozwój bakterii, część z nich działa także rozkurczająco na drogi moczowe co z kolei jest pożądane w terapii kamicy nerkowej. Z racji wzmożonego wydalania moczu powinno się zwiększyć podaż płynów.

Leczenie ziołami moczopędnymi warto połączyć z działaniem zewnętrznym czyli przygotowywaniem nasiadówek, przemywań okolic intymnych naparami i odwarami z ziół. Tutaj szczególnie pomocne są: kora dębu, rumianek, szałwia, pięciornik, dziurawiec, nostrzyk, arnika, krwawnik.



Zioła stosowane w leczeniu ZUM – do stosowania wewnętrznego

Ziele skrzypu

Popularny surowiec go w leczymy zakażeń dróg moczowych jako środek w „terapii płuczącej” stosowanej z zakażeniami bakteryjnymi i stanach zapalnych dróg moczowych. Stanowi bogate źródło krzemu i z tego powodu. Stanowi bogate źródło krzemu i z tego powodu. Stanowi bogate źródło krzemu i z tego powodu. Stanowi bogate źródło krzemu i z tego powodu.

odporność organizmu oraz stosowany jest pomocniczo w przeżoście gruczołu krokowego.

Liść brzozy

Surowiec posiadający wieloletnią tradycję stosowania. Zwiększa ilość wydalanego moczu, toksyzując działając również moczopędnie. Podczas stosowania w leczeniu ZUM oraz kamicy nerkowej i pomocniczo w chorobach reumatycznych.

Liść mącznicy

Najmniej popularny, ale bardzo skuteczny surowiec roślinny. Mącznica wykazuje bardzo dobre działanie przeciwbakteryjne i ściągające. Oprócz tego działa również moczopędnie. Podczas stosowania mącznicy należy stosować dietę zasadową, a więc, nie wolno przyjmować jej łącznie z witaminą C czy żurawiną. Przy stosowaniu mącznicy mocznik zmienia barwę na ciemnoniebieską.



URTIX®

Skład:

Korzeń pokrzywy (*Urtica radix*) - 330 mg,

Wskazania do stosowania:

Lek tradycyjnie stosowany w zaburzeniach czynnościowych dróg moczowych z utrudnieniem oddawania moczu.

Przeciwwskazania:

Nie należy stosować leku w przypadku przerostu gruczołu krokowego, chorób nowotworowych i nadwrażliwości na korzeń pokrzywy.

Podmiot odpowiedzialny:

Laboratorium Farmaceutyczne Labofarm Sp. z o.o. Sp. k.



Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Zioła moczopędne

Skład saszetki:

Produkt złożony.

Wskazania do stosowania:

Produkt leczniczy zwiększający ilość wydalanego moczu i poprawiający przepływ w drogach moczowych.

Przeciwwskazania:

Nadwrażliwość na substancje czynne zawarte w preparacie. Nie zaleca się stosowania leku w przypadku obrzęków spowodowanych chorobą serca lub nerek.

Podmiot odpowiedzialny:

Laboratorium Farmaceutyczne Labofarm Sp. z o.o. Sp. k.



Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Ziele skrzypu

Skład saszetki:

Ziele skrzypu (*Equiseti herba*) - 2,0 g

Wskazania do stosowania:

Pomocniczo w łagodnych dolegliwościach układu moczowego, jako środek zwiększający ilość wydalanego moczu, w celu przepłukania dróg moczowych.

Przeciwwskazania:

Nadwrażliwość na ziele skrzypu. Schorzenia, w których zaleca się ograniczone przyjmowanie płynów (np. ciężkie schorzenia serca lub nerek).

Podmiot odpowiedzialny:

Laboratorium Farmaceutyczne Labofarm Sp. z o.o. Sp. k.



Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Liść mącznicy

Skład saszetki:

Liść mącznicy (*Uvae ursi folium*) - 2,5 g

Wskazania do stosowania:

W łagodnych zakażeniach dróg moczowych, jako środek odkazający.

Przeciwwskazania:

Nadwrażliwość na liść mącznicy. Nie zaleca się stosowania u osób z chorobami nerek, zespołem jelita drażliwego oraz u dzieci do 12 lat. Nie należy przekraczać dziennej dawki 1 saszetki produktu leczniczego.

Podmiot odpowiedzialny:

Laboratorium Farmaceutyczne Labofarm Sp. z o.o. Sp. k.



Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

Liść pokrzywy

Skład saszetki:

Liść pokrzywy (*Urticae folium*) - 2,0 g

Wskazania do stosowania:

Pomocniczo w leczeniu objawowym dolegliwości stawowych o niewielkim nasileniu oraz pomocniczo w łagodnych dolegliwościach układu moczowego, jako środek zwiększający ilość wydalanego moczu, w celu przepłukania dróg moczowych.

Przeciwwskazania:

Nadwrażliwość na liść pokrzywy; schorzenia, w których wskazana jest zmniejszona podaż płynów (np. ciężka niewydolność serca lub choroba nerek).

Podmiot odpowiedzialny:

Laboratorium Farmaceutyczne Labofarm Sp. z o.o. Sp. k.



Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

 Naturalnie Zdrowi





UKŁAD MOCZOWY