

Virtsatietulehduksen ehkäisy ja hoito

Virtsatietulehdukset jaotellaan rakkotason tulehduksiin ja munuaistason tulehduksiin. Ne syntyvät, kun bakteerit (tavallisimmin e.coli -bakteeri) pääsee nousemaan virtsaputken ja peräaukon väliseltä ihoalueelta rakkoon. Naisilla virtsatietulehdukset ovat yleisiä. Virtsatietulehduksista puolet paranee hoidottakin kolmessa päivässä. Todettu oireinen infektio hoidetaan antibiootilla ja lisäksi tulehduskipulääkkeistä voi olla hyötyä kivun ja oireiden lievitykseen. Virtsatietulehduksen hoito aloitetaan oireiden tai virtsanäytteen tuloksen perusteella ammattilaisen ohjeen mukaisesti.

Tavallinen käsi- ja intiimihygienia ovat usein riittäviä virtsatietulehduksen ehkäisykeinoja. Liiallista alapesua kannattaa välttää, vesipesu on riittävä.

Virtsatietulehduksen **estohoidossa** suositellaan ensisijaisesti lääkkeettömiä hoitoja tai paikallista estrogeenia vaihdevuosi-ikäisillä naisilla. Päivittäisen **nesteen** nauttimisen lisäämistä voidaan kokeilla etenkin, jos tämän arvioidaan jäävän alle 1,5 litran. **Karpalo-valmisteet** saattavat vähentää virtsatietulehdusten uusiutumista muuten terveillä naisilla. Jos virtsatietulehduksia tulee usein yhdynnän jälkeen, joissakin tilanteissa lääkärin harkinnan mukaan voidaan aloittaa estolääkitys.

Virtsatietulehduksen tyypillisiä oireita ovat tihtynyt virtsaamistarve, kirvely virtsatessa ja alavatsan jomotus. Ikäihmisillä saattaa esiintyä myös sekavuutta. **Munuaistason** tulehdukseen voi liittyä selkäkipua sekä kuumetta. Hoito perustuu tyypillisiin oireisiin ja virtsanäytteeseen.

Miehillä virtsatietulehdukset usein yleistyvät vasta ikääntyessä, ja tällöin ne usein liittyvät eturauhasen liikakasvuun tai diabetekseen.

Lapsilla virtsatietulehdukset ovat yleisimmillään alle vuoden iässä sekä pojilla että työillä. Oireet ovat hyvin samankaltaisia kuin aikuisillakin. Usein ensimmäisen kuumeisen virtsatietulehduksen jälkeen poissuljetaan rakenteelliset altistavat tekijät ultraäänitutkimuksella.

Seksitaudit voivat aiheuttaa samankaltaisia oireita kuin virtsatietulehdus. Tarpeen mukaan myös näiden testaamista harkitaan, varsinkin toistuvissa tai pitkittyvissä oireissa.

Virtsanäytteessä keskeistä on oikea näytteenottotekniikka:

HUSLAB - Potilasohjeet (tytöt ja naiset) HUSLAB - Potilasohjeet (pojat ja miehet)

Jos lääkäri määrää sinulle antibioottikuurin, syö kuuri loppuun ja mikäli oireesi uusiutuvat tai eivät helpotu pian kuurin päätyttyä, olethan yhteydessä terveysasemaan.

Seuranta ja yhteys terveydenhuoltoon:

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue puh. _____

arkisin klo 8–16, muuna aikana päivystysapu puh. 116 117.

