

Jak leczyć i zapobiegać nawrotom zakażeń układu moczowego u dzieci?

Zakażenia układu moczowego (ZUM) to choroba, która lubi się powtarzać. Badania pokazują, że 20-50%¹ z nas doświadcza tej choroby przynajmniej raz w życiu. Jak uchronić nasze dzieci przed zachorowaniem? Jak postępować, gdy już pojawi się ta infekcja? Czy jesteśmy w stanie załagodzić jej objawy? Na te i inne pytania odpowiada ekspert programu „Zdrowa ONA”, prof. UWM dr hab. n. med. Piotr Jurkowski.

Po pierwsze wizyta u lekarza

Jednym z podstawowych objawów zakażeń układu moczowego u dzieci jest gorączka. Oczywiście może ona sugerować wiele innych chorób, ale co najmniej 5% dzieci, które mają podwyższoną lub wysoką temperaturę, choruje właśnie na infekcje dróg moczowych. To bardzo ważne, żeby rodzice zgłosili się do lekarza, jak tylko zauważą ten niepokojący objaw. W przypadku ZUM konieczne jest natychmiastowe rozpoczęcie leczenia, nawet jeżeli nie jesteśmy w 100% pewni, że to ten typ infekcji. Na wyniki badania posiewu moczu trzeba czekać 3 dni, a do tego czasu choroba może się już poważnie rozwinąć – mówi prof. UWM dr hab. n. med. Piotr Jurkowski, ekspert programu „Zdrowa ONA”

Załagodzić, ale jak?

Zakażenia układu moczowego dają czasem objawy tzw. dyzuryczne, w postaci bólu, świądu i pieczenia podczas oddawania moczu. Każdy rodzic, poza wizytą u lekarza, jest w stanie podjąć kilka działań mających na celu złagodzenie dyskomfortu u dziecka. O czym mowa?

- Po skonsultowaniu z lekarzem możemy podać dziecku **środki przeciwbólowe i rozkurczowe**. Ważne, by leki podawane maluchowi były dobrane do jego wieku. Zawiesina, którą można wlać do butelki okaże się dużo łatwiejsza w podaniu niż standardowe tabletki. Warto również zwrócić uwagę na smak podawanych leków.
- Leczenie zakażenia układu moczowego dodatkowo wspomaga się **nasiadówkami i ocieplaniem podbrzusza**. W aptekach dostępne są termofory, również te przypominające zabawki, dzięki którym dziecko szybciej przekonuje się do przykładania ciepłego przedmiotu.
- Podawanie dziecku **większej ilości płynów ułatwia leczenie zakażenia i w konsekwencji zmniejsza objawy bólowe**. Wielu rodziców, sądząc, że im więcej dziecko pije, tym częściej będzie odczuwało ból przy siusianiu, ogranicza ilość płynów. Jest to jednak poważny błąd, bo częste picie i oddawanie moczu to jeden z najważniejszych czynników wspomagających proces zwalczania infekcji dróg moczowych.

Stop nawrotom ZUM u mojego dziecka

Kiedy już uporamy się z infekcją układu moczowego u naszej pociechy, warto podjąć kilka działań mających na celu uchronienie dziecka przed nawrotami.

- **Zmienianie pieluszki, gdy tylko zachodzi taka potrzeba**. Nie przetrzymujmy malucha w brudnej pieluszcze, bo umożliwia to przedostawanie się bakterii, w tym szczególnie *Escherichii coli* ze stolca do układu moczowego.

¹ Wasik-Olejnik A.: Nawracające zakażenia układu moczowego – profilaktyka i leczenie. Przewodnik Lekarza, 2009;5:18-23.

- **Podmywanie dziecka** podczas zmiany pieluszek powinno być naszym nawykiem. W podróży, sklepie i wszędzie tam, gdzie po oddaniu moczu czy stolca nie możemy umyć dziecka, może być to przetarcie wilgotną chusteczką.
- **Podawanie dużej ilości płynów**, które przemywają drogi moczowe. To pomaga w szybszym wydostawaniu się bakterii poza organizm. Jednocześnie ułatwia pracę nerkom, które filtrują organizm z toksyn.
- **Rezygnacja ze zbyt ścisłych ubrań i sztucznych tkanin.** Jeśli dziecko jest już na tyle duże, że nie potrzebuje pieluszek, dbajmy, aby nosiło przewiewną bieliznę, wykonaną z przewiewnego, naturalnego materiału, nie przylegającego zbyt ściśle do ciała. W innym przypadku może dochodzić do przegrzewania i nadmiernego pocenia się miejsc intymnych, co sprzyja rozwojowi bakterii i powstawaniu infekcji.
- **Sprawdzanie, czy podczas czynności higienicznych**, wykonywanych przez dziewczynki samodzielnie, nie zanieczyszczają one sromu kałem.