

Zakażenia układu moczowego u dzieci – o czym warto wiedzieć?

Zakażenia układu moczowego (ZUM) występują u około 8% dziewczynek i 2% chłopców do 7. roku po urodzeniu. Są drugą co do częstości przyczyną gorączki u niemowląt i młodszych dzieci. Dlaczego dziewczynki powyżej trzeciego miesiąca życia są podatniejsze na zachorowanie? Jak rozpoznać, że mamy do czynienia z tym schorzeniem, jeśli maleństwo nie może powiedzieć nam wprost, że czuje dyskomfort przy siusianiu? Na te i inne pytania odpowiadają eksperci programu „Zdrowa ONA” prof. Piotr Jurkowski i psycholog Adriana Klos.

Aby zrozumieć, jak dochodzi do zakażenia, warto przyjrzeć się budowie układu moczowego. Przypomina on literę „U”. Na samej górze znajdują się nerki odpowiedzialne za filtrowanie krwi ze szkodliwych i niepotrzebnych dla organizmu produktów przemiany materii. Wytworzony przez nie mocz przedostaje się moczowodami do cewki moczowej, skąd wydalany jest na zewnątrz. Sprzyjającym miejscem, w którym mogą pojawiać się niebezpieczne drobnoustroje jest końcowy odcinek cewki moczowej. Fakt, że dziewczynki powyżej trzeciego miesiąca od urodzenia chorują częściej wynika z tego, że mają krótszą cewkę od chłopców. Ważne są też właściwości samego nabłonka wyściełającego cewkę moczową, które mogą sprzyjać infekcji. Bakterie odpowiedzialne za zakażenia układu moczowego mają zdolność do szybkiej kolonizacji, dlatego tak istotne jest wdrożenie odpowiedniego leczenia, które pozwoli uniknąć niebezpiecznych powikłań. W przypadku bardzo małych dzieci istotna jest też forma leku. Na pewno będą miały problem z połknięciem tabletki, więc często wybiera się ten, który można podać w postaci zawiesiny – tłumaczy prof. dr hab. n. med. Piotr Jurkowski, Kierownik Katedry Pediatrii, Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, ekspert programu „Zdrowa ONA”.

Czy to ZUM?

Zakażenia układu moczowego stanowią jedną z najczęstszych przyczyn wizyt rodziców z dziećmi u lekarza. Za 90% ZUM odpowiada bakteria *Escherichia coli*, zwana również pałeczką okrężnicy. Objawy mogą się różnić i zależą od tego, której części układu moczowego dotyczą – od zakażenia, które przebiega bezobjawowo do objawów miejscowych, które towarzyszą zapaleniu cewki moczowej, pęcherza oraz odmiedniczkowego zapalenia nerek.

Wiadomo, że dzieci, które jeszcze nie mówią, nie są w stanie wskazać rodzicom miejsca, które je boli. Często jednym z objawów jest gorączka, która tak naprawdę może kojarzyć się z całą grupą innych chorób, jak na przykład z tak zwaną „infekcją trzydniową” czy po prostu z ząbkowaniem. Dlatego tak trudno jest rodzicom określić, co może być przyczyną złego samopoczucia dziecka. W takich sytuacjach niezwykle pomocne jest ogólne badanie moczu, którego wynik, choć nie rozstrzyga o rozpoznaniu, może wskazywać na zakażenie. Dopiero wynik posiewu moczu jednoznacznie wskazuje bądź wyklucza ZUM. Ponieważ czeka się na niego 3 dni, leczenie powinno zostać rozpoczęte jak najszybciej, dlatego włącza się terapię empiryczną, co pozwala ustrzec się przed niebezpiecznymi powikłaniami – mówi ekspert programu „Zdrowa ONA”.

Co jeszcze może świadczyć o ZUM?

- Zwiększenie częstotliwości oddawania moczu
- Ból towarzyszący siusianiu, który powoduje płacz dziecka
- Mętny mocz, zaróżowienie lub zaczerwienienie moczu
- Dyskomfort w jamie brzusznej
- Biegunka, nudności, wymioty

Zapobiegać, ale jak?

Zakażenia układu moczowego niestety mają tendencje do nawracania. Dlatego lekarze tak dużą uwagę zwracają na profilaktykę. Im częściej występują wspomniane infekcje, tym większe ryzyko powikłań, np. uszkodzenia nerek – **wyjaśnia prof. Jurkowski.**

Najważniejsze zasady:

- Podawanie dziecku dużej ilości płynów.
- Dbłość o prawidłowe wypróżnienie, zachęcanie dziecka do oddawania moczu.

*Wspomniane wyżej dwie zasady to swoiste naczynia połączone, ponieważ podawanie dziecku odpowiedniej ilości płynów w ciągu dnia sprzyja częstemu opróżnianiu pęcherza moczowego i odwrotnie – aby dochodziło do częstszego wypróżniania konieczne jest podawanie większej ilości płynów. To bardzo ważne działanie zapobiegające kolejnym infekcjom – **dodaje prof. Jurkowski.***

- Odpowiednia higiena, obmywanie narządów ciepłą wodą bez środków chemicznych (np. za każdym razem przy zmianie pieluszki), rezygnacja z kąpieli w wannie na rzecz prysznica.
- Częsta zmiana pościeli, ręczników i ubranek.
- Zachowanie ostrożności przy korzystaniu z basenów i innych miejsc kąpielowych.
- Odpowiednia dieta niwelująca wystąpienie zaparc.

Zdaniem psychologa

*W wyżej przywołanej profilaktyce podkreślić należy rolę rodzica, który pełni rolę swego rodzaju nauczyciela dobrych praktyk. Odpowiednie nawyki higieniczne, takie jak mycie rąk po wyjściu z toalety, czy odpowiednie wycieranie się (od przodu ku tyłowi) w przypadku dziewczynek, nie przychodzi samo. Podobnie nauczanie dziecka, by nie wstrzymywało moczu. Warto wyjaśnić, dlaczego ważne jest dbanie o higienę i podkreślić że pozwala to ustrzec się przed niebezpiecznymi zakażeniami układu moczowego – **dodaje psycholog, Adriana Klos.***