

## Materiały edukacyjne

<b>ZALECENIA PIEŁĘGNIARSKIE DLA PACJENTÓW Z CHOROBIAMI UKŁADU MOCZOWEGO</b>	<b>nr 22</b>
---	--------------

### Pamiętaj o:

- konieczności przyjmowania leków zleconych przez lekarza,
- unikaniu infekcji, a w razie ich wystąpienia szybkim kontakcie z lekarzem,
- obserwacji niepokojących objawów infekcji dróg moczowych, które wymagają konsultacji z lekarzem (bolesne parcie na mocz, częstomocz, mocz mętny o zmienionym zapachu, bóle brzucha, bóle w okolicy lędźwiowej, gorączka),
- samokontroli: pomiar ciśnienia tętniczego krwi, obserwacja ilości oddawanego moczu ewentualny pomiar wagi ciała, obwodów brzucha, ud, obrzęków twarzy i kończyn,
- przestrzeganiu diety dostosowanej do schorzenia, dołączonej do Karty Informacyjnej z leczenia szpitalnego,
- dbaniu o właściwe nawodnienie organizmu stosując się do zaleceń lekarskich dotyczących ilości i rodzaju przyjmowanych płynów,
- utrzymaniu w czystości i suchości skóry szczególnie w okolicach moczowo – płciowych (podmywaniu się i osuszaniu skóry od przodu do tyłu, noszeniu bawełnianej bielizny),
- dbaniu o regularne opróżnianie pęcherza moczowego,
- prowadzeniu w miarę możliwości aktywnego trybu życia, dbaniu o dobrą przemianę materii (wypróżnienia) zwalczaniu nadwagi, unikaniu dźwigania ciężarów i pracy na wysokości,
- dbaniu o dostosowany do pory roku ubiór – (nadmiernie nie ogrzewać i nie przegrzewać organizmu),
- unikaniu przeciągów, osłanianiu okolicy lędźwiowej pleców,
- w kłębuszkowym i odmiedniczkowym zapaleniu nerek, a także zespole nerczycowym występuje potrzeba stopniowania wysiłku fizycznego, jednak a w okresie wzrostu temperatury obowiązkowe jest leżenie.