



VIRTSATIEINFEKTIO

- Ennaltaehkäisy
- Oireet
- Toteaminen ja hoito



Lapuan kaupungin terveystakeskus

Potilasohjeet 10/2014 HH/KV

Sairaalantie 3
62100 Lapua

Puh. (06) 438 4844
poli.tk@lapua.fi

Virtsatietulehdus eli virtsatieinfektio (=VTI) on yleinen vaiva erityisesti naisilla. Tulehdus syntyy tavallisesti siten että tulehdusbakteereita pääsee nousemaan omasta suolistosta, välilihasta tai nivuksista virtsaputkea myöten virtsarakkoon. Naisilla virtsaputki on lyhyempi kuin miehillä, siksi infektiot ovat naisilla tavallisempia.

Virtsatieinfektion riski lisääntyy iän myötä. Naisilla vaihdevuosien heikentämä limakalvo, seksuaalisesti aktiivisilla naisilla sukupuoliyhdyntä, iäkkäillä miehillä suurentunut eturauhanen, sekä pitkäaikainen virtsakatetrin käyttö lisäävät riskiä.

Virtsatieinfektio rajoittuu yleensä virtsarakkoon (=alempien virtsateiden tulehdus), mutta se voi myös nousta virtsajohtimia pitkin munuaisiin asti (=pyelonefriitti), jolloin puhutaan ylempien virtsateiden tulehduksesta.

ENNALTAEHKÄISY

- Tyhjennä rakko huolellisesti; päiväsaikaan 2-3 tunnin välein, ennen uimista ja kylpyä, sekä yhdynnän jälkeen
- Huolehdi käsi- ja intiimihygieniasta;
→ alapesu aamuin illoin ja yhdynnän jälkeen (vältä kuitenkin liiallista alapesua)
→ pyyhi alapää aina wc-käynnin yhteydessä edestä taaksepäin
- Vältä ummetusta ja kylmettymistä
- Juo riittävästi nesteitä → 2 - 2½ litraa/vrk
- C-vitamiini ja karpalo tekee virtsan happamaksi, mikä ehkäisee bakteerien kasvua

OIREET

- Kirvely ja polte virtsatessa
- Tihentynyt virtsaamistarve
- Alavatsan jomotus/paineen tunne
- Virtsa voi olla sameaa, sakkaista tai siinä voi näkyä verta, se voi myös tuoksua voimakkaalle, mutta nämä oireet yksistään eivät välttämättä viittaa tulehdukseen.

Selkeä kuume ja kylki-selkäkipu voivat viitata munuaistulehdukseen jolloin lääkärin vastaanotto on aiheellinen. Iäkkäillä ja huonokuntoisilla munuaistulehdus voi näkyä pelkkänä yleiskunnon romahtamisena, oksenteluna tai sekavuutena ilman kuumetta tai virtsaoireita.

TOTEAMINEN JA HOITO

Mikäli sinulla on virtsatieinfektion oireita ota yhteys ajanvaraukseen puh. (06) 438 4844 tai asioi neuvontapisteessä niin saat ohjeet hoitajalta.

Valtakunnallisten *Käypä hoito* -suositusten mukaan virtsanäytettä ei tarvita perusterveeltä naiselta jolla on ollut useita virtsatieinfektioita ja oireet ovat selvästi tunnistettavat. Lääkäri voi tällöin määrätä antibiootti -kuurin pelkästään oireiden perusteella ilman vastaanottoa.

Virtsan bakteeriviljely -näyte on kuitenkin otettava aina:

- Raskaana olevilta
- Lapsilta ja miehiltä
- Diabeetikoilta
- Säde- tai solusalpaajahoidossa olevilta
- Jos epäillään tulehduksen leviämistä munuaisiin (oireena: kylki-selkäkipuja, kuume, sekavuus, yleiskunnon romahtaminen).
- Jos oireet eivät ole selkeät

Näytteenottoa varten voit hakea virtsanäytesetin terveyskeskuksesta (laboratoriosta, pääaulasta tai päivystyksestä). Noudata pakkauksen ohjeita luotettavan virtsanäytetuloksen saamiseksi.

Oireilu lievittyy antibiootihoidolla yleensä nopeasti 1-2 päivän kuluessa. Tarvittaessa voit käyttää lisäksi tulehduskipulääkettä. **Muista nauttia riittävästi nesteitä ja noudattaa ennaltaehkäisyohjeita myös lääkekuurin aikana.**

Paraneminen on tarkistettava hoidon jälkeen uudella virtsanäytteellä munuaistulehduksen jälkeen, raskaana olevilta, lapsilta ja miehiltä. Muilta kontrollinäytettä ei tarvita mikäli oireilu on helpottanut.

HUOM !!

Käytä lääkekuuri loppuun, vaikka oireet helpottuisivat. Mikäli oireet eivät helpotu muutaman päivän kuluessa lääkekuurin aikana, oireilu pahenee, ilmenee kuumetta tai kylki-selkävaivoja, ota yhteyttä terveyskeskukseen.

Mikäli oireet jatkuvat kuurin loputtua, pyydä neuvontapisteestä tai puhelimitse lähete näytteenottoon ja vie aamuvirtsanäyte laboratorioon testausta varten.

Mikäli virtsanäytteessä todetaan bakteerikasvua ilman virtsatieinfektion oireita, ei perustervelle naiselle kuuria tarvita ellei hän ole raskaana. Iäkkäillä oireeton bakteerivirtsaisuus on yleinen, eikä sitä tarvitse hoitaa.