

Trpíte záněty močových cest?

Zánět močových cest je druhou nejrozšířenější infekcí hned po zánětu (dýchacích cest). Aspoň asi jednou za život ho prodělá až 50 % žen a zhruba 20-30 % mužů. Nejčastějším typem zánětu močových cest je infekce močového měchýře. Původcem bývají v drtivé většině případů bakterie *Escheria coli*, které jsou běžnou součástí normální střevní mikroflóry.

Mohou to být ale také sexuálně přenosné bakterie, nebo (naprosto výjimečně) i viry. Jak poznáte, že se vás tento problém týká?

Krev v moči varuje

„Zánět močového měchýře (cystitida) se typicky projevuje obtížným a bolestivým močením (přetrvává-li bolest i mimo močení nebo je-li přítomen také výtok, může se jednat o projev jedné gynekologické gy. ho zánětu), dále častým nucením na močení, močením po malých dávkách a bolestivostí podbřišku za sponou stydkou. Ženy mohou upozorovat kalnou, případně zapáchající moč. Projevem zánětu může být i přítomnost krve v moči -ta ale může být příznakem i jiného závažného onemocnění. Je proto nutné po vyléčení zánětu důkladné vyšetření močových cest urologem. Přidruží-li se k obtížím horečky se zimnicemi, bolest v bedrech a únava, může se jednat už o projev zánětu ledviny (pyelonefritida),“ vysvětluje MUDr. Jan Novák z Urologického oddělení Thomayerovy nemocnice.

S antibiotiky hodně opatrně

Při každé infekci močových cest je nezbytné dodržovat zvýšený pitný režim. Ten by se měl skládat hlavně z čisté vody, slabého čaje a minerálky. Denně byste měli vypít zhruba tolik tekutin, abyste během 24 hodin vyloučili aspoň 2,5 litru moče. Důležitý je také klidový režim a samozřejmě odpovídající intimní hygiena. Při léčbě zánětu vám lékař obvykle nasadí antibiotika. U závažných případů může na začátku léčby zvolit

rovněž taktiku tzv. fokusace – kombinace antibiotik, ze kterých se později (na základě testů) ponechají pouze jeden až dva preparáty. Poslední dobou však kvůli stále častějšímu užívání antibiotik vznikají kmeny bakterií, které odolávají účinkům podávaných léků (tzv. antibiotická rezistence).

„Antibiotika by se neměla nasazovat zbytečně jako léky proti bolesti a při teplotě nejasného původu. Pacienti by pak neměli přeceňovat módní alternativní režimy a včas konzultovat problém s urologem,“ upozorňuje MUDr. Kateřina Bartoníčková z Urologické kliniky FN v Motole.

Článek vyšel 20. 5. 2015 v časopise Tina.