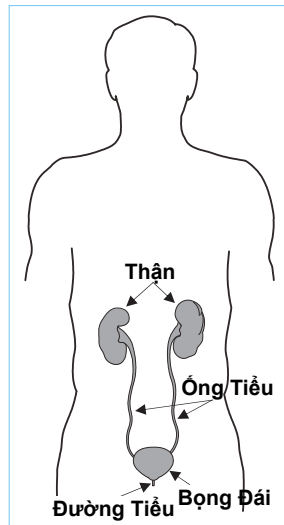


Dịch Vụ Cấp Cứu Emergency Services

## Nhiễm Trùng Bọng Đái (Nhiễm Trùng Đường Tiểu) Bladder Infection (Urinary Tract Infection)

Quý vị bị nhiễm trùng bọng đái. Nhiễm trùng bọng đái cũng được gọi là nhiễm trùng đường tiểu (hay UTI). Trường hợp nhiễm trùng này thường là do vi trùng đi ngược đường tiểu vào bọng đái.



Quý vị có thể bị nhiễm trùng bọng đái nếu:

- Quý vị cảm thấy nhói, rát, hoặc đau mỗi khi đi tiểu.
- Quý vị lúc nào cũng muốn đi tiểu.
- Quý vị cảm thấy nặng hoặc đau ở phần dưới bụng, bên hông, hoặc sau lưng.
- Nước tiểu có mùi hôi, hoặc trông đục hoặc có màu hơi đỏ.
- Quý vị cảm thấy ớn lạnh và sốt cao hơn 38.5°C (101.3°F).
- Quý vị cảm thấy nhộn nhạo (buồn nôn).

Các triệu chứng này là bình thường và sẽ hết khi điều trị.

**Sau 48 giờ, hãy gọi cho bác sĩ gia đình nếu:**

- Quý vị không hết đau.
- Quý vị vẫn bị sốt hoặc ớn lạnh.
- Quý vị không thấy đỡ hơn.

Nếu quý vị không thể liên lạc với bác sĩ gia đình, hãy đến một y viện không cần hẹn hoặc Phòng Cấp Cứu gần nhất.

**Hãy đến Phòng Cấp Cứu gần nhất nếu:**

- Quý vị bị đau nhiều hơn.
- Lưng bị đau nhiều hơn.
- Quý vị ói mửa liên tục.
- Quý vị vẫn bị sốt cao hơn 38.5°C (101.3°F), mà không dứt sau khi dùng thuốc như acetaminophen (Tylenol) hoặc ibuprofen (Advil).
- Quý vị đi tiểu rất ít hoặc không có nước tiểu.
- Quý vị trở nên quá mệt.
- Da quý vị nổi đỏ.

## Nhiễm Trùng Bọng Đái (Nhiễm Trùng Đường Tiểu) - tiếp theo

### Bladder Infection (Urinary Tract Infection) - continued

#### Cách tự chăm sóc ở nhà

- Uống từ 8 đến 10 ly nước mỗi ngày. Một cách hay để uống như vậy là cứ mỗi tiếng uống một ly nước trong thời gian quý vị thức.
- Dùng thuốc trụ sinh đúng theo lời dặn của bác sĩ. Đừng ngưng uống thuốc cho đến khi quý vị uống hết thuốc – dù quý vị cảm thấy đỡ hơn.
- Nếu cần thì uống thuốc giảm đau, sốt, hoặc đau bụng. Hỏi bác sĩ gia đình hoặc dược sĩ xem loại nào có hiệu quả nhất cho quý vị.

#### Những cách ngừa nhiễm trùng bọng đái

- Uống từ 6 đến 8 ly nước mỗi ngày.
- Tắm vòi sen thay vì tắm bồn. Đừng tắm bồn trong xà bông bọt hoặc dầu tắm.
- Đi tiểu ngay khi quý vị cảm thấy muốn đi. Đừng nhịn tiểu lâu.
- Đi tiểu sau khi làm tình.
- Đối với phụ nữ, hãy chùi từ trước ra sau sau khi đi cầu.

#### Những chữ này có nghĩa gì

**Kidneys** (sounds like kid-nee) (Thận) – Các bộ phận cơ thể hình đậu này lọc chất phế thải ra khỏi máu và sản xuất nước tiểu.

**Ureters** (sounds like yer-et-ters) (Ống Tiểu) – Hai ống nhỏ này dẫn nước tiểu từ thận xuống bọng đái.

**Bladder** (sounds like blah-der) (Bọng Đái) – Bộ phận rỗng này thu thập và chứa nước tiểu cho đến khi có thể phế thải ra khỏi cơ thể.

**Urethra** (sounds like yer-ee-thra) (Đường Tiểu) - Đường ống nhỏ dẫn nước tiểu từ bọng đái ra ngoài cơ thể.

**Urine** (sounds like yer-in) (Nước Tiểu) - Chất lỏng phế thải do thận sản xuất, thường được gọi là 'nước đái'.

**Urinate** (sounds like yer-in-ate) (Đi Tiểu) – Hành động phế thải nước tiểu ra ngoài cơ thể, thường được gọi là 'đi tiểu' hay 'đi đái'.

#### Muốn biết thêm, nên hỏi:

- Bác sĩ gia đình của quý vị
- Dược sĩ
- HealthLinkBC - gọi số 8-1-1 (7-1-1 cho người điếc hoặc lãng tai) hoặc đến [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca).

Ứng trích có phép từ 'Kidney Infection – Going Home' (Tháng Bảy 2010) của Providence Health Care.